A cantora Rita Lee, que estará no megashow do Vale do Anhangabaú

Desconto de 18% na conta de luz entra hoje em vigor

Energia. Na TV, presidente Dilma Rousseff critica pessimistas, amplia a redução prometida para o consumidor doméstico, anteriormente estipulada em 16,2%, e antecipa a sua implantação, que estava marcada para 5 de fevereiro. Custo total da operação não foi divulgado PÁG. 14

LIÇÃO DE CASA NOTA 10

Tricolor faz 5 a 0 no Bolívar pela 1ª partida da pré-Libertadores PÁG. 58

Aloisio aponta para Luis Fabiano, autor de dois gols na goleada do São Paulo em cima do time boliviano, no Morumbi | MARCOS BEZERRA/FUTURA PRESS

PM instala 82 câmeras nas marginais

Equipamentos que visam conter arrastões começam a operar em fevereiro, com 6 meses de atraso PÁG. 10

Aéreas estrangeiras podem passar a fazer voos internos

Ao menos cinco companhias devem receber autorização do governo para explorar rotas domésticas PÁG. 16

Procura por sessões de acupuntura dispara no SUS

Uso da técnica, recomendada no tratamento de dores crônicas, cresceu 567% em cinco anos PÁG. 04

SP abre 20 mil vagas para curso de motoboy

Regulamentação. Faltando nove dias para as novas regras do Contran entrarem em vigor, apenas 4% dos cerca de 450 mil profissionais já realizaram as aulas de capacitação em todo o Estado. Multa é de R$ 191,54

A nove dias para as novas regras para motoboys entrarem em vigor, o governo do Estado anunciou ontem a abertura de 20 mil novas vagas gratuitas para o curso de motofrete.

As aulas de capacitação são uma das exigências da resolução do Contran (Conselho Nacional de Trânsito) que entra em vigor no dia 2 de fevereiro.

A abertura de novas vagas foi feita para tentar atender a demanda. Segundo o governo, apenas 20 mil, dos cerca de 450 mil profissionais haviam feito o curso até ontem – 4% do total. Para a abertura das novas vagas, foram investidos R$ 3 milhões.

Além do curso, com 30 horas de duração, a norma exige idade mínima de 21 anos, carteira de habilitação na categoria A com validade de pelo menos 2 anos e antecedentes criminais. As motos também terão de ser brancas e contar com antena corta-pipa.

Motos deverão ser brancas e contar com antena corta-pipa | VAGNER CAMPOS/FUTURA PRESS

"Ampliar a segurança destes profissionais no trânsito é umas das nossas prioridades. Por isso estamos nos articulando com os municípios para garantir que os motofretistas possam trabalhar na legalidade", afirmou ontem o secretário de Planejamento e Desenvolvimento Regional, Julio Semeghini.

Quem não respeitar a norma estará sujeito à multa de R$ 191,54, além de 7 pontos na carteira. Os cursos são oferecidos pela CET, Sests (serviços sociais do transporte) e Senats (serviços de aprendizagem do transporte). A resolução do conselho deveria ter entrado em vigor em agosto do ano passado, mas, após protestos de motoboys em todo o país, foi adiada para o mês que vem.

O presidente do sindicato dos motoboys, Gilberto dos Santos, afirma que o Contran deveria adiar mais uma vez a entrada da regra em vigor. Mas o órgão federal descarta a hipótese.

R$ 191,54

é o valor da multa que será aplicada ao profissional que não respeitar a norma a partir do dia 2 de fevereiro.

MÁRCIO ALVES
METRO SÃO PAULO

587 mil carros devem descer a serra

ABRE E FECHA

Todos estarão fechados. O internet banking e os caixas eletrônicos funcionarão normalmente

Os parques municipais abrem nos horários habituais amanhã, sábado e domingo

Amanhã, somente 50% da frota de 15 mil ônibus da cidade circulará

O Mercadão funcionará das 6h às 16h. Os mercados municipais da Lapa, Pinheiros e São Miguel não abrirão

Os hospitais, prontos-socorros e AMAs 24 horas funcionarão normalmente

Estará suspenso amanhã. A restrição voltará a valer na segunda-feira

O DER (Departamento de Estradas de Rodagem) fará uma operação especial nas rodovias das 14h de hoje até às 2h de segunda-feira.

Durante o feriado de Aniversário de São Paulo, a estimativa é de que 587 mil veículos circulem nas rodovias de acesso ao litoral.

Os motoristas devem evitar as estradas das 14h de hoje às 2h de amanhã, segundo o DER. O ideal é viajar de madrugada. Na volta, o melhor é evitar subir a serra entre as 12h de domingo e 2h de segunda-feira.

Com menos carros circulando, a prefeitura decidiu suspender o rodízio de veículos amanhã. A restrição, que proíbe 2 finais de placa por dia de circular das 7h às 10h e entre 17h e 20h volta a valer na segunda-feira. Os bancos ficarão fechados durante o feriado.

As contas de consumo, como água e luz, e os carnês que vencerem nessa data poderá ser pagos na segunda-feira, dia 28, sem multa. Durante o feriado, a PM vai intensificar as operações da Lei Seca. METRO

1 FOCO

Plebiscito

David Cameron

O primeiro-ministro britânico, David Cameron, prometeu ontem fazer até 2017 uma consulta popular sobre a permanência da Grã-Bretanha na União Europeia.

Leia mais na pág. 23

Em razão do feriado de Aniversário de São Paulo, o **Metro** deixa de ser publicado amanhã, voltando a circular normalmente na segunda-feira, dia 28.

Cotações

Dólar - 0,29% (R$ 2,03)

Bovespa + 0,44% (61.966 pts)

Euro - 0,22% (R$ 2,72)

Selic (7,25%)

Salário mínimo (R$ 678)

FALE COM A REDAÇÃO
leitor.sp@metrojornal.com.br
011/3528-8522
COMERCIAL: 011/3528-8549

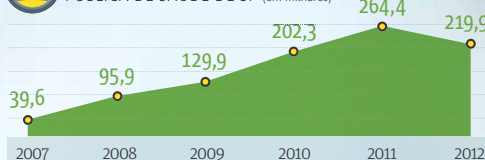
O jornal **Metro** circula em 23 países e tem alcance diário superior a 20 milhões de leitores. No Brasil, é uma joint venture do Grupo Bandeirantes de Comunicação e da Metro Internacional. É publicado e distribuído gratuitamente de segunda a sexta em São Paulo, Brasília, Rio de Janeiro, Belo Horizonte, Curitiba, Porto Alegre, ABC, Santos e Campinas, somando mais de 480 mil exemplares diários.

EXPEDIENTE
Metro Brasil. Presidente: Cláudio Costa Bianchini (MTB: 70.145).
Diretor de Redação: Fábio Cunha (MTB: 22.269). **Diretor Comercial e Marketing:** Carlos Eduardo Scappini.
Diretora Financeira: Sara Velloso. **Editor Chefe:** Luiz Rivoiro. **Editor-Executivo de Arte:** Vitor Iwasso.
Coordenador de Redação: Irineu Masiero. **Gerente Executivo:** Ricardo Adamo.

Metro São Paulo. Editores-Executivos: Ariel Kostman e Lara De Novelli (MTB: 31.369).
Editor de Arte: Daniel Lopes. **Gerentes Comerciais:** Tânia Biagio e Elizabeth Silva.

Filiado ao
Editado e distribuído por SP Publimetro S/A. Endereço: rua Tabapuã, 81, 14º andar, Itaim, CEP 04533-010, São Paulo, SP. Tel.: 3528-8500. O jornal **Metro** é impresso na Plural Editora e Gráfica Ltda.

Dispara procura por acupuntura no SUS

Saúde. Nos últimos cinco anos, quantidade de sessões aumentou 567% em SP. Técnica dá bom resultado em casos de dores crônicas

AGULHADAS EM ALTA

A técnica de enfermagem Maria do Carmo Medeiros do Amaral, de 55 anos, sofria com tendinite, e chegou a ter metade do rosto paralisado por conta de um espasmo facial.

Após tomar medicamentos, e não obter resultados, ela decidiu seguir a recomendação de se tratar com as agulhas da acupuntura. Depois de 10 sessões, melhorou bastante.

"Não preciso mais tomar remédio para a tendinite, nem para o espasmo. O meu rosto já está praticamente recuperado e não sinto mais dores".

Pessoas como ela fizeram o número de sessões da técnica na rede pública paulista explodirem. O número de aplicações cresceu quase sete vezes (567%), nos últimos cinco anos. Foram 264,4 mil aplicações em 2011 (último ano com dados consolidados), ante 39,6 em 2007.

O médico que atende a técnica de enfermagem, o ortopedista André Tsai, de 37 anos, é especialista em acupuntura desde 2004. Ele atua no Hospital Geral de Pirajussara, em Embu das Artes.

De acordo com ele, a prática vem sendo cada vez mais indicada pelos médicos, devido aos bons resultados. "O maior motivo da procura é por conta de dor crônica. A pessoa já está cansada de tomar remédios ou fazer tratamentos tradicionais, e descobre que a acupuntura pode aliviar essa dor", afirma.

A técnica milenar, criada na China, é reconhecida desde 1988 pelo SUS (Sistema Único de Saúde), mas só em 1995 começou a ser considerada especialidade médica pelo Conselho Federal de Medicina.

Além das dores crônicas, ela vem sendo bastante utilizada em pacientes com câncer, para reduzir náusea, vômitos e outros sintomas provocados pela quimioterapia. "É um método seguro, com poucas contraindicações", diz Rebeca Cecatto, do Instituto do Câncer.

Maria do Carmo está na segunda fase do tratamento, e ainda fará mais 10 sessões. Uma vez por semana, é "agulhada" no rosto pelo Dr. Tsai.

Segundo ela, o procedimento não causa nenhuma dor. "Fico completamente relaxada e, às vezes, até durmo".

O Dr. Tsai avisa que é necessário, sempre, um diagnóstico prévio de um médico. "Às vezes, uma dor nas costas pode ser reflexo de algo mais sério, como pancreatite. A acupuntura é uma prática complementar, não podendo substituir o tratamento médico."

A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, criada em 2006, passou a oferecer à população o acesso à terapias não convecionais. Além da acupuntura, tratamentos com homeopatia, fitoterápicos, plantas medicinais e práticas corporais, como o tai chi chuan, passaram a ser disponibilizados no SUS. METRO

"É uma técnica complementar, que não substitui o tratamento médico."
ANDRÉ TSAI, ORTOPEDISTA E ACUPUNTURISTA

"É melhor do que qualquer remédio."
MARIA DO CARMO, TÉCNICA EM ENFERMAGEM

Maria do Caromo durante sessão com o especialista André Tsai | PATRICIA CRUZ/METRO

O primeiro feriado do ano
merece as melhores cervejas.
E bem geladas.
Cerveja Bohemia - lata 350 ml R$ 2,09
Cerveja Stella Artois - lata 269 ml R$ 2,25
Cerveja Antarctica sub zero lata 350 ml R$ 1,39
Cerveja Stella Artois garrafa 275 ml R$ 2,50
Cerveja Budweiser lata 350 ml R$ 2,09
Cerveja Bohemia long neck 355 ml R$ 2,09
Cerveja Budweiser garrafa 343 ml R$ 2,09 cada
Cerveja Skol - lata 269 ml R$ 1,49
Cerveja Skol - lata 473 ml R$ 2,39
Cerveja Brahma Chopp - lata 350 ml R$ 1,79
Cerveja Brahma Chopp - lata 473 ml R$ 2,29
Cerveja escura Caracu, sem álcool Kronenbier ou Liber - lata 350 ml
Leve 4 Pague 3 R$ 1,89 cada
NESTA PROMOÇÃO A UNIDADE SAI POR R$ 1,42
STELLA ARTOIS
Kronenbier
BOHEMIA
Budweiser
KING OF BEERS
SKOL
BRAHMA
Liber
BEBA COM MODERAÇÃO
SÃO PROIBIDAS A VENDA E A ENTREGA DE BEBIDAS ALCOÓLICAS A MENORES DE 18 (DEZOITO) ANOS (art. 81, II do Estatuto da Criança e do Adolescente).
CONFIRA EM NOSSAS LOJAS AS FACILIDADES DE PAGAMENTO.
Ofertas válidas de 24 a 27/01/2013, ou enquanto durarem os estoques, para todas as lojas Pão de Açúcar do Estado de São Paulo.
twitter
YouTube
Pão de Açúcar
O que faz você feliz?

Bike de aluguel começa a virar meio de transporte

Mobilidade. Em dois meses, número de cadastrados aumentou 136%. Administrador de empresas agora vai trabalhar de bicicleta

Uma das melhores novidades da cidade no ano passado, as estações de aluguel de bicicletas começam a se tornar um meio de transporte para muitos paulistanos.

Nos últimos meses, o número de viagens realizadas na cidade durante os dias da semana cresceu. E cada vez mais pessoas usam o sistema para substsituir parte do trajeto feito anteriormente de ônibus.

O consultor de empresas Adriano Afonso, de 34 anos, pegava dois ônibus na volta do trabalho para casa. "Agora, faço um dos percursos com a bicicleta", diz.

O Bike Sampa, uma parceria entre a CET e um banco, já tem 95 estações, com 10 bikes cada. Até 2015, serão 300 estações, e 3 mil bicicletas. O cadastramento, feito no bikesampa.com.br,. custa R$ 10. Os primeiros 30 minutos de uso são gratuitos. Depois disso, paga-se R$ 5 a cada meia hora. É possível retirar a bike em uma estação, e entregá-la em outra. A liberação é feita por telefone ou por um aplicativo de smartphone.

75 mil
é o número de viagens realizadas desde o início do projeto, que começou em maio de 2012.

O número de usuários não para de crescer. Em apenas dois meses, a quantidade de cadastrados saltou de 33,9 mil para 80 mil, um aumento de 136%.

Desde outubro, o administrador de empresas Fábio Skimura, de 42 anos, aposentou o carro.

"Pego a bicicleta perto do Ibirapuera, onde moro, e vou para o trabalho na alameda Santos, onde há uma outra estação. Na volta, ainda aproveito para dar um passeio no parque", disse.

Segundo a empresa contratada para gerenciar o sistema, as estações mais procuradas são a Ibirapuera, Berrini e Brigadeiro.

HENRIQUE BEIRANGÊ
METRO SÃO PAULO

Fábio Skimura aposentou o carro e usa a bicicleta para ir trabalhar | PATRICIA CRUZ/METRO

Haddad quer carro zero menos poluente

CALENDÁRIO DA INSPEÇÃO VEICULAR 2013

FINAL DA PLACA	INÍCIO DO AGENDAMENTO	PRAZOS INICIAL	PRAZOS FINAL
1	2 de janeiro	1º de fevereiro	30 de abril
2	1º de fevereiro	1º de março	31 de maio
3	1º de março	1º de abril	30 de junho
4	1º de abril	2 de maio	31 de julho
5	2 de maio	1º de junho	31 de agosto
6	2 de maio	1º de junho	31 de agosto
7	1º de junho	1º de julho	30 de setembro
8	1º de julho	1º de agosto	31 de outubro
9	1º de agosto	2 de setembro	30 de novembro
0	2 de setembro	1º de outubro	31 de dezembro

Controle. Montadora que desrespeitar padrões de emissão poderá ser multada

O prefeito Fernando Haddad (PT) pretende cobrar das montadoras de veículos o cumprimento de padrões de emissão de poluentes nos carros colocados em circulação nas ruas e avenidas de São Paulo. A medida fará parte do projeto que extingue a taxa para realização da inspeção veicular, que será enviado em fevereiro à Câmara Municipal.

Na avaliação do prefeito, a medida irá garantir que veículos zero km só sejam obrigados a fazer a inspeção a partir do quarto no de fabricação. Hoje, eles têm que passar por um posto da Controlar, concessionária responsável pelo serviço, a partir do segundo licenciamento.

A proposta é vista dentro da prefeitura como uma forma de dividir a responsabilidade de reduzir os níveis de poluição com as montadoras de veículos. Para garantir o cumprimento da medida, a administração municipal não descarta multar a empresa que estiver fora dos padrões estipulados.

No caso dos demais veículos, o projeto deve prever a exigência da inspeção a cada dois anos, e não mais anualmente como ocorre hoje. As mudanças podem reduzir o custo da inspeção para a prefeitura, o que permitirá o fim da taxa de R$ 47,44.

Na Câmara Municipal, a previsão é de que o projeto seja votado em março. Os vereadores lembram que fevereiro é o mês do Carnaval, o que atrasará as sessões.

Calendário 2013

Ontem, prefeitura divulgou o calendário da inspeção para este ano (veja quadro). Veículos com placa final 1 já podem agendar o serviço no site da Controlar: www.controlar.com.br. Após o agendamento, o motorista terá que pagar a taxa.

Quem não cumprir o prazo estabelecido pelo calendário está sujeito a multa de R$ 550, e ainda tem o licenciamento bloqueado. METRO

Droga. Justiça concede 1ª internação compulsória

Foi determinada ontem a primeira internação compulsória de um dependente químico em São Paulo. Na segunda-feira, começou o plantão de atendimento criado pelo Estado no Cratod (Centro de Referência de Álcool, Tabaco e Outras Drogas), no bairro do Bom Retiro, centro.

Segundo o juiz responsável pela decisão, que ainda precisou ser validada por um promotor público e um advogado, o jovem vive em condições sub-humanas, e apresenta um comportamento agressivo.

A medida determina a disponibilização imediata de uma vaga para tratamento. Ele deve permanecer internado por 30 dias, que podem ser prorrogados. Ontem, o governador Geraldo Alckmin (PSDB) anunciou que irá elevar de 691 para 757 o número de vagas para dependentes químicos no Estado.

Os primeiros dias do plantão no Cratod foram marcados por uma grande procura pelo atendimento oferecido, e muita confusão. Mães de dependentes químicos chegavam à rua Prates, onde fica o centro de tratamento, acreditando que seus filhos seriam internados imediatamente. Quando eram informadas de que isso não iria ocorrer, muitas criticam o serviço e afirmavam que haviam sido enganadas pelo governo estadual. METRO

APROVEITE AS ÚLTIM

STRADA WORK CS 1.

Básica

R$ 29.690

ou entrada + 60X R$ 4

1ª PARCELA SÓ

MAI

BRAVO ESSENCE 1.8 2013 (1)

a partir de

R$ 50.900 à vista

GRAND SIENA ATTRACTIVE 1.4 2013 (1)

COMPLETO

Ar condicionado

ireção hidráulica

R$ 38.990 à vista

SEMINOVOS SINAL

TUDO em até 48X

★ ★ ★ ★ ★

PROCEDÊNCIA E GARANTIA

SUPER VALORIZAÇÃO NA TROCA

ESTOQUE VARIADO DE MARCAS E MODELOS

TAXAS ESPECIAIS PARA FINANCIAMENTO

ALPHAVILLE

VEÍCULO	A/M	PLACAS	OPCIONAIS	À VISTA
FOX 1.02P FLEX	0506	DQE4198	DH/VE/TE	17.490,00
FOCUS 1.6 FLEX	06/07	FUI1661	COMPLETO/CD	20.990,00
IDEA HLX 1.8 FLEX	05/06	DQR9890	COMPLETO	21.990,00
FIESTA SEDAN 1.6 FLEX	08/09	EGP1748	TE/DT	22.990,00
MERIVA JOY 1.8 FLEX	06/07	HFP5437	COMPLETO	23.490,00
STRADA FIRE CE 1.4 FLEX	08/08	EAD2666	DH	23.990,00
ECOSPORT XLS 1.6	04/05	ALC0993	COMPLETO	24.990,00
SPACEFOX 1.6 FLEX	07/08	DWP5215	COMPLETO	26.000,00
PUNTO ELX 1.4 FLEX	07/08	EBC2407	COMPLETO	26.500,00
PEUG 307 SW AALURE 2.0	07/08	EBK8507	COMPLETO	27.990,00
LIVINA 1.6 S FLEX	09/10	EFA7708	COMPLETO	28.990,00

MORUMBI

VEÍCULO	A/M	PLACAS	OPCIONAIS	À VISTA
CLIO HATCH AUTENTIQUE 1.0 16V 2P	06/07	DSF0667	VE/TE	14.490,00
206 SW 1.4 PRESENCE FLEX	06/07	DVI6832	COMPLETO	18.490,00
KA 1.0 FLEX	08/09	DXX8104	VE/TE/VTT/LT	18.490,00
UNO MILLE WAY 1.0 2P FLEX	08/09	CYL4631	VTT/LT	18.490,00
C3 GLX 1.6 16V 4P	04/05	DQA1757	COMPLETO	18.990,00
CELTA LIFE 1.0 2P FLEX	08/09	HIK9915	BASICO	18.990,00
206 SW 1.6 ESCAPADE FLEX	06/07	LPC1462	COMPLETO	18.990,00
STRADA FIRE 1.4 C.S FLEX	07/07	DTP5551	DH	18.990,00
UNO VIVACE 1.0 2P FLEX	11/12	JIR6828	BASICO	22.490,00
PALIO ELX 1.4 4P FLEX	08/09	EEJ9573	COMPLETO	23.990,00
IDEA ELX 1.4 FLEX	08/08	EAS4082	COMPLETO	24.990,00

ALPHAVILLE
ALAMEDA ARAGUAIA, 1742
TEL. 11 4689.9444

DIADEMA
AV. FÁBIO E. R. ESQUÍVEL, 2421
TEL. 11 4072.6000

GRANJA VIANA
ROD. RAPOSO TAVARES, KM 21.3
TEL. 11 4617.6777

SINAL JAÇANÃ
AV. LUIZ STAMATIS, 587
TEL. 11 2248.8000

MIGUEL ESTEFANO
AV. MIGUEL ESTEFANO, 1911
TEL. 11 5067.9000

MORUMBI
AV. FRANCISCO MORATO, 5943
TEL. 11 3748.8888

NORTE
AV. ZAKI NARCHI, 1156
TEL. 11 2224.2450

RUDGE RAMOS
AV. CAMINHO DO MAR, 1675
TEL. 11 4362.7000

SANTO AMARO
AV. ADOLFO PINHEIRO, 1000
TEL. 11 5683.9400

SÃO BERNARDO
AV. PEREIRA BARRETO, 1000
TEL. 11 4336.8000

ATENDIMENTO DAS LOJAS FIAT SINAL: SEGUNDA A SEXTA DAS 9H ÀS 20H E SÁBADO DAS 9H ÀS 18H

ESTAREMOS DE PLANTÃO NESTE DOMINGO ATÉ AS 18H

AS UNIDADES SEM AUMENTO DE IPI!

FLEX 2013

à vista

70

PARA

O

NOVO PALIO ATTRACTIVE 1.0 FLEX 4P 2013

COMPLETO
Ar condicionado
Direção hidráulica
Travas elétricas
Vidros elétricos

R$ 30.990 à vista
ou entrada + 60X **R$ 399**

APROVEITE! COM + R$ 99,00 NA PARCELA...LEVE

1ª PARCELA SÓ PARA MAIO

NOVO PALIO ATTRACTIVE 1.4 FLEX 4P 2013

COMPLETO
Ar condicionado + Direção hidráulica
Travas elétricas + Vidros elétricos

AIR BAG DUPLO e FREIOS ABS

R$ 34.990 à vista
ou entrada + 60X **R$ 498**

NOVO PUNTO 2013
ATTRACTIVE 1.4 FLEX

COMPLETO

R$ 37.990 à vista
ou entrada + 60X
R$ 589

NOVO IDEA
ATTRACTIVE 1.4 FLEX

COMPLETO

R$ 41.990 à vista
ou entrada + 60X
R$ 599

1ª PARCELA SÓ PARA MAIO

JAÇANÃ

VEÍCULO	A/M	PLACAS	OPCIONAIS	À VISTA
CORSA SEDAN CLASSIC	03/04	DMA4462	BASICO	15.990,00
206 1.4 4 PTS. GAS	06/06	DOR0023	BASICO	16.500,00
PALIO FIRE 1.0 4 PTS FLEX	07/08	DUM0488	BASICO	17.500,00
LOGAN EXP. 1.0 FLEX	07/08	DZB4857	BASICO	18.900,00
FOX 1.0 4 PTS FLEX	04/05	LSM0723	VE/TE/KIT VISIBILIDADE	19.590,00
LOGAN EXP. 1.6 8 V	08/09	HJP5771	COMPLETO	21.590,00
IDEA ELX 1.4 FLEX	07/07	DWS4775	DH/VE/TE/KIT VISIB.	22.900,00
FOX 1.6 4 PTS FLEX	04/05	DME6795	AR/DH	22.990,00
ECOSPORT XL 1.6 GAS	03/04	DHU2217	DH/VE/TE/KIT VISIB.	22.990,00
LOGAN EXP. 1.0 FLEX	09/10	EJS0019	AR/DH	22.990,00
UNO VIVACE 1.0 2 PTS FLEX	11/12	EYJ4320	KIT VISIBILIDADE	23.590,00

MIGUEL ESTEFANO

VEÍCULO	A/M	PLACAS	OPCIONAIS	À VISTA
MAREA WEEK ELX 1.8	03/03	DGO4642	COMPLETA	13.990,00
PICASSO GXS 2.0	02/03	DIP6631	COMPLETO	17.990,00
CORSA HATCH JOY	08/08	DZE7774	BAIXA KM	18.990,00
CIVIC EX 1.7 (AUTOMÁTICO)	02/02	DGE8885	REVISADO C/GARANTIA	20.990,00
CORSA HATCH MAX 4P FLEX	08/09	EEJ4895	D.HIDRÁULICA+VE+TE	20.990,00
PALIO FIRE ECONOMY 4P	09/10	EKK6157	VE+TE	20.990,00
SIENA EL CELEBRATION	09/10	EJE6989	D.HIDRÁULICA+VE+TE	22.990,00
FOCUS HATCH 1.6 FLEX	07/08	DXQ9368	COMPLETO	23.490,00
AGILE LTZ 1.4 FLEX	09/10	EMG0278	COMPLETO	28.990,00
FIT LX	08/08	EBC6012	COMPLETO	28.990,00
SAVEIRO 1.6 CS	11/12	HIM5520	AR CONDICIONADO	28.990,00

NORTE

VEÍCULO	A/M	PLACAS	OPCIONAIS	À VISTA
KA 1.0 FLEX	08/09	EBR7673	VE/TE/LT/TT	17.990,00
SANDERO AUT 1.0 16V	08/09	EFB3506	VE/TE/LT/TT	18.590,00
CLASSIC SPIRIT 1.0 FLEX	08/09	EEU3216	DH/TT	19.290,00
PRISMA JOY 1.4 FLEX	07/08	EBL4730	VE/TE/TT	19.590,00
LOGAN EXP 1.0 16V FLEX	07/08	DZC7813	COMPLETO	19.990,00
SANDERO AUT 1.0 16V	08/09	EES1736	VE/TE/TT	19.990,00
FOX 1.0 4PTS FLEX	05/05	DOM7406	LT/TT	19.990,00
LOGAN EXP 1.6 16V FLEX	08/09	EBG2428	VE/TE/TT	20.990,00
SANDERO EXP 1.6 8V FLEX	08/09	EGS7383	COMPLETO	23.990,00
207 1.4 XR 4PTS FLEX	10/11	EQZ4448	COMPLETO	24.990,00
SCENIC AUT 1.6 16V FLEX	07/08	DWR3841	COMPLETO	25.990,00

STO. AMARO

VEÍCULO	A/M	PLACAS	OPCIONAIS	À VISTA
CELTA 1.0 2P G	04/04	DOT6836	BASICO	13.490,00
PEUGEOT 206 1.6 SOLEIL 4P G	03/04	DHU9456	COMPLETO	14.540,00
PICASSO GXS 2.0 MEC G	02/03	DIP6631	COMPLETO	17.990,00
STRADA FIRE 1.4 CS FLEX	06/07	DUE5654	BASICO	19.500,00
FOX 1.0 4P FLEX	06/07	DVD1860	BASICO	20.500,00
FOX 1.0 4P FLEX	08/09	EEJ5916	BASICO	21.990,00
C3 GLX 1.4 FLEX	08/08	LTR1973	COMPLETO	23.990,00
STRADA FIRE 1.4 CE FLEX	09/09	DZJ4034	DH+VTE	26.590,00
VOYAGE 1.6 CONFORTLINE FLEX	09/09	EGT6377	COMPLETO	28.990,00
FIT LX FLEX	08/08	EBC6012	COMPLETO	28.990,00
PEUGEOT 307 PRESENCE 1.6 F	08/09	EET1077	COMPLETO	30.900,00

PEÇAS GENUÍNAS

Grupo SINAL www.gruposinal.com.br FIAT SINAL na web

Excesso de velocidade não é legal.

Sem-terra ocupam Instituto Lula

Cerca de 100 integrantes do assentamento Milton Santos de Americana invadiram o instituto, no Ipiranga, na manhã de ontem. Os manifestantes pedem que o ex-presidente interceda por eles na decisão da presidente Dilma de assinar ou não um decreto de desapropriação. Eles receberam ordem da Justiça para deixar o assentamento até o dia 30 deste mês. | APU GOMES/FOLHAPRESS

PM instalará 82 câmeras nas marginais

Segurança. Equipamentos que vão monitorar as vias estavam prometidos para julho do ano passado, mas licitação atrasou

A PM (Polícia Militar) inicia no mês que vem a instalação de câmeras de vigilância nas marginais Tietê e Pinheiros. Serão 82 equipamentos, ao longo dos 47 km de extensão das duas vias.

As imagens serão acompanhadas em uma central de monitoramento. Anunciado após uma onda de assaltos, o sistema de vídeo-monitoramento deveria ter sido implantado até julho do ano passado.

Segundo o comandante geral da PM, coronel Sebastião Meira recursos judiciais de empresas que foram desclassificadas na licitação dificultaram o andamento do processo.

40%
é a redução no número de ataques na marginal Pinheiros desde que o policiamento foi intensificado, segundo a PM.

Por enquanto, 54 pontos rotativos e cinco fixos, como o da favela Real Parque, são monitorados com 10 carros e 48 motos nas duas marginais, por onde circulam, diariamente, cerca de 500 mil veículos. Motoristas que reduzem a velocidade por causa dos congestionamentos se tornam alvo de assaltantes.

Arrastão

Na noite de anteontem, motoristas que passavam pela rua Itapaiúna, no Morumbi, foram alvo de um arrastão.

Armados com um 38 e uma réplica de pistola, um homem e um grupo de adolescentes atacaram vários carros e roubaram celulares e relógios. Seis suspeitos foram presos. Dois fugiram. METRO

Parabéns São Paulo 459 anos

Semana do aniversário de São Paulo. Menor preço de domingo a domingo.

Fraldinha bovina
• Resfriada
• Peça a vácuo
• kg

R$ 12,80

Linguiça toscana Sadia
• kg

R$ 8,80

Queijo coalho Três Marias
• kg

R$ 19,98

Sorvetes Especiais Kibon
• Sabores
• 2 L

R$ 15,98 cada

Refrigerante Guaraná Antarctica ou Pepsi
• 3,3 L

R$ 3,99 cada
Nesta embalagem o litro sai por:
R$ 1,21

Cerveja Brahma
• Lata
• 269 mL

R$ 1,39
Na compra de 15 a unidade sai por:
R$ 1,19

Protetor solar Nivea Sun
• FPS 30

R$ 22,90

Ventilador Alívio branco
• Novo sistema de inclinação vertical
• 3 velocidades
• Grade segura

À vista R$ 99,00
6x R$ 16,50 s/ juros

4 POSIÇÕES

Cadeira de praia Mor ou Maio
• Ferro

R$ 32,90

EXCLUSIVIDADE WALMART

Caixa Térmica
• 43 L
• Com rodas e alça

À vista R$ 199,00
6x R$ 33,16 s/ juros

Imagens ilustrativas

BEBA COM MODERAÇÃO

Beba com Moderação (Conforme o Código Brasileiro de Auto-regulamentação Publicitária, de 12/06/00). Não vendemos bebidas alcoólicas para menores. Lei nº 8.069/90 - Art. 81 - Estatuto da Criança e do Adolescente.

O MINISTÉRIO DA SAÚDE ADVERTE: CERCA DE 70% DOS ACIDENTES DE TRÂNSITO FATAIS SÃO CAUSADOS PELO CONSUMO DE ÁLCOOL. SE BEBER NÃO DIRIJA, APRECIE COM MODERAÇÃO.

"SÃO PROIBIDAS A VENDA E A ENTREGA DE BEBIDAS ALCOÓLICAS A MENORES DE 18 (DEZOITO) ANOS" (art. 81, II do Estatuto da Criança e do Adolescente).

*O Walmart preparou uma surpresa que vai deixar a cidade de São Paulo mais limpa. Serão distribuídas 459 sacolas retornáveis no **dia 25 de janeiro** nas lojas localizadas na cidade de São Paulo. Participe desta festa. Lojas participantes: Aricanduva, Indianópolis, Pacaembu, Shopping Central Plaza, Morumbi, Vila Guilherme, Vila Leopoldina e Washington Luís. Quantidade limitada, enquanto durarem os estoques.*

Achou preço menor? A gente cobre automaticamente.*

*Consulte o regulamento nas lojas.

Central de Relacionamento com o Cliente: 0800-7055050 ou walmartevoce@wal-mart.com.

Os preços citados neste impresso são em Reais e válidos de 24 a 30/01/2013 ou enquanto durarem os estoques, prevalecendo o que ocorrer primeiro, para as lojas mencionadas. Garantimos a quantidade mínima de 10 unidades por loja, dos produtos aqui anunciados na data de início da validade deste impresso. Não vendemos por atacado. Quantidades limitadas. Fotos ilustrativas. Lojas e horários: **GRANDE SP - Aricanduva** - de seg. a sáb. das 8h às 23h e dom. e feriados das 8h às 22h; **Indianópolis** - de seg. a sáb. das 8h às 23h e dom. e feriados das 8h às 22h; **Osasco** - de seg. a sáb. das 7h à 0h e dom. e feriados das 8h à 0h; **Pacaembu** - de seg. a sáb. das 7h à 0h e dom. e feriados das 8h às 22h; **Santo André** - de seg. a sáb. das 8h às 23h e dom. e feriados das 8h às 22h; **São Bernardo do Campo** - das 7h à 0h (inclusive feriados); **Shopping Central Plaza** - das 9h às 23h (inclusive feriados); **Tamboré** - das 7h à 0h (inclusive feriados); **Morumbi** - de seg. a sáb. das 8h às 23h (dom. e feriados das 8h às 22h); **Vila Guilherme** - das 8h às 22h (inclusive feriados); **Vila Leopoldina** - das 7h à 0h (inclusive feriados); **Washington Luís** - de seg. a sáb. das 8h às 23h e dom. e feriados das 8h às 22h; **Guarulhos** - de seg. a sáb. das 8h às 23h e dom. e feriados das 8h às 22h; **Granja Viana** - das 7h à 0h (inclusive feriados).

Restaurantes terão nota por higiene

Anvisa. Inspeções começarão a ser feitas a partir de maio nas cidades-sede da Copa do Mundo. Ideia já é adotada em outros países, como Nova Zelândia e Estados Unidos

A Anvisa (Agência Nacional de Vigilância Sanitária) promete começar a avaliar os restaurantes de todo o país com base nas condições de higiene e classificá-los com notas.

As inspeções começarão em maio, e vão durar até o final da Copa. Serão avaliadas questões como estoque correto de alimentos, higiene e a estrutura.

A ideia é seguir experiências já adotadas em outros países como Estados Unidos, Dinamarca e Nova Zelândia. Em Nova York, desde 2010, os restaurantes são categorizados por letras de A a C. Depois da avaliação, os restaurantes são obrigados a colocar a "nota" em um lugar visível para o consumidor. A informação chega a ser compartilhada também em aplicativos para smartphones.

Segundo a Anvisa, no Brasil ainda não foi definido se a categorização será por letras ou outro sistema. Também ainda não se sabe a forma como a comunicação da classificação será divulgada: se apenas pela internet ou com aviso no estabelecimento.

Até novembro, a agência deve apresentar as primeiras "notas" de restaurantes das 12 cidades-sede.

A Abrasel (Associação Brasileira de Bares e Restaurantes) afirma que a divulgação dos resultados pelos restaurantes deveria ser voluntária. METRO

Estabelecimentos serão avaliados a partir de maio | FERNANDO DONASCII/FOLHAPRESS

DNA. Exame de sangue detecta Down em feto

Um exame de sangue para gestantes que identifica problemas cromossômicos no feto começa a ser oferecido por laboratórios brasileiros.

O teste pode ser feito a partir da nona semana de gravidez. A análise do material genético do bebê, que circula também no sangue da mãe durante a gestação, é feita nos Estados Unidos. É necessário cerca de 5% do DNA do feto para observar possíveis alterações e revelar doenças genéticas.

O novo exame pode ser feito antes dos tradicionais, a partir do início do quarto mês de gravidez, não aumentando o risco de complicações.

O resultado fica pronto em cerca de 15 dias, e custa R$ 3.500. METRO

Saúde. Insulina humana será produzida no país

O governo federal anunciou ontem a retomada da produção nacional de insulina humana.

Segundo o ministro da Saúde, Alexandre Padilha, serão fabricados mais de 8 milhões de frascos por ano.

O medicamento será produzido pelo laboratório Farmanguinhos, ligado à Fiocruz, em parceria com um laboratório ucraniano.

O país possui hoje mais de 900 mil diabéticos atendidos pelo SUS (Sistema Único de Saúde). A cada dois minutos, um paciente é diagnosticado com a doença.

Em 2030, mais de 11 milhões de brasileiros devem sofrer com algum dos tipos de diabetes. METRO

Walmart

Preços válidos para a semana de 24 a 30/01/2013.

Na cidade, no campo ou na praia, aproveite o menor preço.

Cerveja Brahma ou Skol
- litrinho
- 300 mL

Trazendo o vasilhame

R$ 0,99 cada

Cerveja Antarctica Sub Zero
- Lata
- 350 ml

R$ 1,39

Na compra de 12 a unidade sai por: R$ 1,27

Cerveja Norteña
- 960 ml

R$ 7,99

Isotônico Gatorade
- Sabores
- 500 ml

R$ 2,89 cada

Energético Fusion

R$ 4,49

Na compra de 4 a unidade sai por: R$ 3,36

Cerveja Skol e Skol 360°
- Lata
- 350ml

R$ 1,89 cada

Cerveja Kronenbier e Liber
- Lata
- 350ml

R$ 1,89 cada

Na compra de 12 a unidade sai por: R$ 1,73

H2OH!
- Sabores
- 500 ml

R$ 1,79 cada

Na compra de 6 a unidade sai por: R$ 1,49

Água Tônica/Citrus
- 350 ml

R$ 1,49 cada

Na compra de 8 a unidade sai por: R$ 1,30

Guaraná Antarctica ou Pepsi
- Sabores
- 1,5 L

R$ 1,99 cada

Guaraná Antarctica ou Pepsi
- Sabores
- 2,5 L

R$ 3,99 cada

Na compra de 4 a unidade sai por: R$ 2,99

Chá Lipton Limão
- 1,5 L

R$ 3,49

Na compra de 3 a unidade sai por: R$ 2,33

BEBA COM MODERAÇÃO

Beba com Moderação (Conforme o Código Brasileiro de Auto-regulamentação Publicitária de 12/09/03) Não vendemos bebidas alcoólicas para menores. Lei nº 8.069/90 - Art. 81 - Estatuto da Criança e do Adolescente.

O MINISTÉRIO DA SAÚDE ADVERTE: CERCA DE 70% DOS ACIDENTES DE TRÂNSITO FATAIS SÃO CAUSADOS PELO CONSUMO DE ÁLCOOL. SE BEBER NÃO DIRIJA, APRECIE COM MODERAÇÃO.

"SÃO PROIBIDAS A VENDA E A ENTREGA DE BEBIDAS ALCOÓLICAS A MENORES DE 18 (DEZOITO) ANOS" art. 81, II do Estatuto da Criança e do Adolescente.

Menor preço parcelado em até 12x SEM JUROS nos cartões

Central de Relacionamento com o Cliente: 0800-7055050 ou walmartevoce@wal-mart.com.

Os preços citados neste impresso são em Reais e válidos de 24 a 30/01/2013 ou enquanto durarem os estoques, prevalecendo o que ocorrer primeiro, para as lojas mencionadas. Garantimos a quantidade mínima de 10 unidades por loja, dos produtos aqui anunciados na data de início da validade deste impresso. Não vendemos por atacado. Quantidades limitadas. Fotos ilustrativas. Lojas e horários: **GRANDE SP - Aricanduva** - de seg. a sáb. das 8h às 23h e dom. e feriados das 8h às 22h; **Indianópolis** - de seg. a sáb. das 8h às 23h e dom. e feriados das 8h às 22h; **Osasco** - de seg. a sáb. das 7h à 0h e dom. e feriados das 8h à 0h; **Pacaembu** - de seg. a sáb. das 7h à 0h e dom. e feriados das 8h às 22h; **Santo André** - de seg. a sáb. das 8h às 23h e dom. e feriados das 8h às 22h; **São Bernardo do Campo** - das 7h à 0h (inclusive feriados); **Shopping Central Plaza** - das 9h às 23h (inclusive feriados); **Tamboré** - das 7h à 0h (inclusive feriados); **Morumbi** - de seg. a sáb. das 8h às 23h (dom. e feriados das 8h às 22h); **Vila Guilherme** - das 8h às 22h (inclusive feriados); **Vila Leopoldina** - das 7h à 0h (inclusive feriados); **Washington Luís** - de seg. a sáb. das 8h às 23h e dom. e feriados das 8h às 22h; **Guarulhos** - de seg. a sáb. das 8h às 23h e dom. e feriados das 8h às 22h; **Granja Viana** - das 7h à 0h (inclusive feriados).

Outras opções online www.walmart.com.br

Dilma amplia corte na tarifa de energia

Conta de luz. Em pronunciamento ontem, presidente diz que redução para residências será de 18% e entra em vigor hoje. Para a indústria, desconto pode chegar a 32%

A presidente Dilma Rousseff anunciou ontem à noite, em rede nacional, que a redução nas tarifas de energia será maior do que a prevista inicialmente. Além disso, decidiu antecipar o início do desconto, que entra em vigor a partir de hoje.

As tarifas serão reduzidas, em média, em 18% para as residências, e em até 32% para indústrias. A promessa inicial era um corte de 16,2% para residências, e 28% para a indústria, a partir de 5 de fevereiro. "Além de estarmos antecipando as novas tarifas, estamos dando um índice de redução maior que o previsto e já anunciado", afirmou Dilma. A presidente não esclareceu, no entanto, quanto será o gasto para bancar a redução nas tarifas. Para os percentuais antigos, o Tesouro Nacional desembolsaria de R$ 2 bilhões a R$ 3 bilhões adicionais.

Dilma aproveitou os oito minutos de pronunciamento para rebater as críticas daqueles que "são sempre do contra" e "se precipitaram com previsões sem fundamento" de que não seria possível cumprir a promessa de redução da tarifa. Segundo ela, consumidores atendidos pelas concessionárias que não aderiram ao plano do governo – as de Minas Gerais, São Paulo e Paraná – também serão beneficiados pelo desconto. METRO

Dilma rebate críticas à redução nas contas de luz | PEDRO LADEIRA/FRAME/FOLHAPRESS

Fuvest. Livros obrigatórios para vestibular são divulgados

A Fuvest divulgou ontem a lista unificada de obras de leitura obrigatória para os processos seletivos da USP e da Unicamp, em 2014. Não houve alteração em relação ao vestibular passado.

Neste ano, o candidato teve que relacionar o consumo e a oferta de crédito com o conceito de felicidade e a inversão de valores da sociedade. A primeira chamada será divulgada no dia 2 de fevereiro. METRO

Leitura obrigatória

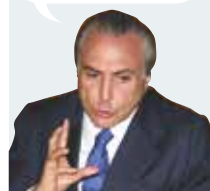
- **Viagens na minha terra,** Almeida Garrett
- **Til,** José de Alencar
- **Memórias póstumas de Brás Cubas,** Machado de Assis
- **O cortiço,** Aluísio Azevedo
- **A cidade e as serras,** Eça de Queirós
- **Vidas secas,** Graciliano Ramos
- **Capitães da areia,** Jorge Amado
- **Sentimento do mundo,** Carlos Drummond de Andrade

Política

CLÁUDIO HUMBERTO
CLAUDIO@METROJORNAL.COM.BR

FNDE É GENEROSO NA DISTRIBUIÇÃO DE BOQUINHAS. O organograma do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), órgão do Ministério da Educação, é um impressionante exemplo do cabide de empregos reservados à companheirada petista, no governo federal. São 74 coordenações para seis diretorias, cevadas a ambicionados cargos DAS, sigla de "Direção e Assessoramento Superior", com remuneração que pode superar os R$ 20 mil mensais.

"ELE PODE FAZER UMA BELÍSSIMA GESTÃO."

VICE-PRESIDENTE MICHEL TEMER SOBRE RENAN CALHEIROS NA PRESIDÊNCIA DO SENADO

NÃO VAI DAR CERTO. O inchaço em órgãos como o FNDE, cujo prédio tem 17 andares, em Brasília, mostra que o governo gasta como se não houvesse amanhã.

A CONTA É NOSSA. Em oito anos de governo, Lula inchou o efetivo de servidores em mais de 160.000 pessoas, suficientes para lotar dois Maracanãs.

UPA, AFRO! Na TV do vereador Netinho de Paula (PCdoB) será proibido mostrar o clipe "Upa, Neguinho", música imortalizada por Elis Regina?

Netinho de Paula | DIVULGAÇÃO

VALORIZANDO O 'PASSE'. Romero Jucá (RR) tem dito que não abrirá mão da liderança do PMDB no Senado, cargo para o qual o senador Eunício Oliveira (CE) é o favorito. Peemedebistas suspeitam que ele quer "valorizar o passe" na tentativa de faturar cargos na mesa diretora do Senado.

BANZAI! Se o ministro das Finanças do Japão, Taro Aso, 72, vier ao Brasil, verá a prática de sua teoria cruel de "apressar a morte" dos aposentados "para o governo poupar despesas". Nunca mais abriria a boca.

AGRADOU GERAL. Em campanha pelo comando da Câmara, o deputado Henrique Alves (RN) recebeu elogios da bancada cearense, em almoço ontem, ao dizer que a marca de sua gestão será o "fim da palavra subserviência".

PROBLEMA DO PT. O PMDB vibrou com a demissão do presidente do Banco do Nordeste, Ary Lanzarin, dos conselhos de empresas onde embolsava generosos jetons. Ele é indicado pelo ministro da Fazenda, Guido Mantega (PT).

PODER SEM PUDOR
Meu mundo é a província

O país estava confuso, com as notícias desencontradas sobre o golpe militar, naquele 31 de março de 1964. Havia rumores sobre a fuga do presidente João Goulart para o Uruguai. No Palácio do Planalto, reinava o caos. Toca o telefone e o jornalista Otacílio Lopes atende.

- O presidente João Goulart está?

- Ele não trabalha mais aqui.

Assistindo à cena, o presidente da Câmara dos Deputados, Ranieri Mazzili, finalmente se deu conta que era ele o presidente da República.

COM ANA PAULA LEITÃO E TERESA BARROS
WWW.CLAUDIOHUMBERTO.COM.BR

Aéreas do exterior poderão fazer voos dentro do país

Céus abertos. Governo considera cinco empresas aptas a fazer rotas nacionais. A ideia é aumentar concorrência e diminuir preço das passagens

O aumento da concorrência é a saída encontrada pelo governo para tirar o preço alto da passagem aéreas. Pelo menos cinco empresas estrangeiras deverão receber autorização para fazer voos nacionais: Aerolíneas Argentina (Argentina), LAN (Chile), Taca (Peru), Tame (Equador) e TAP (Portugal).

Hoje, essas companhias já voam para destinos nacionais, mas são proibidas de vender passagens dentro do país e se utilizam de alianças para ampliar a oferta de voos. Com isso, o passageiro utiliza um bilhete internacional, mas embarca em aviões de companhias nacionais em viagens de rotas domésticas.

A proposta, elaborada pela Embratur e Ministério do Turismo, chegará à mesa da presidente Dilma Rousseff em duas semanas, com pedido para que seja implantada até o segundo semestre do próximo ano - antes da Copa. A preocupação é com a cobrança de valores abusivos durante a alta temporada. Apenas um trecho entre Brasília e Salvador, por exemplo, chegou a custar R$ 3 mil - quase dez vezes mais que a média cobrada durante o ano.

Hoje, Gol, TAM e Azul concentram quase 90% do mercado e têm direito a liberdade tarifária. As três fizeram fusão com empresas menores. A TAM adquiriu a Pantanal, além de ter se aliado à chilena LAN. A Gol comprou a Varig e extinguiu a WebJet. Já a Azul assumiu as operações da Trip.

A adesão do Brasil à política de 'céus abertos' com países vizinhos criará um acordo semelhante ao já existente na União Europeia. As companhias poderiam, inclusive, explorar os 270 aeroportos em pequenas cidades.

As aéreas brasileiras temem que a liberação de voos possa agravar os prejuízos registrados nos últimos meses. Outra reclamação é de que a concorrência seria 'desleal', porque as estrangeiras teriam maior capacidade de investimentos.

MARCELO FREITAS
METRO BRASÍLIA

As gigantes Gol e TAM temem prejuízos se a política for adotada | RICARDO MARQUES/METRO BRASÍLIA

Carrefour

Faz a conta. Faz Carrefour.

Quer tudo para as suas férias num só lugar?

Faz Carrefour.

Ofertas válidas de 24 a 27/1

Bomba de Ar Manual Air Hammer
Faz por apenas
30cm **7,99** cada
36cm **10,90** cada

Colchão Inflável Bestway
Faz por apenas
solteiro 185cm x 76cm **24,90** cada
casal 191cm x 137cm **34,90** cada

Carrefour
Bolsa Térmica
25 litros
Faz por apenas
19,90 cada

Ofertas válidas de 24 a 27/1/2013, para todas as lojas Carrefour de São Paulo-Capital e da Grande São Paulo. Garantimos a quantidade mínima de 10 (dez) unidades por loja. Os elementos utilizados para a produção das fotos deste anúncio são meramente ilustrativos. Consulte disponibilidade dos produtos nas lojas.

Informe-se nas lojas e participe.

Imagem do tablet meramente ilustrativa.

CARROSSEL™ é uma marca registrada propriedade de Televisa, S.A. de C.V. © Direitos reservados 2012.

*A cada R$ 30 em produtos de material escolar, ganhe 1 cupom para participar da Promoção Concorra a 300 tablets, válida de 17/1 a 12/2/2013, em todos os hipermercados e supermercados CARREFOUR. Consulte nas lojas a relação de produtos participantes. Para mais informações, consulte o regulamento completo nas lojas ou no site da Promoção: http://www.grupocarrefour.com.br. CERTIFICADO DE AUTORIZAÇÃO SEAE/MF nº 06/0620/2012.

**Pela utilização do sistema Cartões Carrefour, incidirá anuidade. Consulte tabela vigente.

Carrefour

Faz a conta. Faz Carrefour.

Quer tudo para o seu verão? Faz Carrefour.

Ofertas válidas de 24 a 27/1

Maionese Hellmann's sachê - 471g

LEVE 4 PAGUE 3

Comprando 1 unid. pague 4,19

Levando 4 unids. cada uma sai por 3,15

Mostarda Hellmann's 200g

LEVE 4 PAGUE 3

Comprando 1 unid. pague 3,19

Levando 4 unids. cada uma sai por 2,39

Ketchup Hellmann's 390g

Faz por apenas 3,99 cada

Molho p/ Salada Hellmann's 236g

Faz por apenas 4,29 cada

Maionese Hellmann's sachê - 200g

Faz por apenas 1,69 cada

Maionese Hellmann's sabores - 196g

Faz por apenas 2,99 cada

Maionese Hellmann's tradicional 500g

Faz por apenas 4,18 cada

Maionese Hellmann's light ou zero 500g

Faz por apenas 4,99 cada

Ofertas válidas de 24 a 27/1/2013, para todas as lojas Carrefour de São Paulo. Garantimos a quantidade mínima de 10 (dez) unidades por loja. Os elementos utilizados para a produção das fotos deste anúncio são meramente ilustrativos.

Informe-se nas lojas e participe.

*A cada R$ 30 em produtos de material escolar, ganhe 1 cupom para participar da Promoção Concorra a 300 tablets, válida de 17/1 a 12/2/2013, em todos os hipermercados e supermercados CARREFOUR. Consulte nas lojas a relação de produtos participantes. Para mais informações, consulte o regulamento completo nas lojas ou no site da Promoção: http://www.grupocarrefour.com.br. CERTIFICADO DE AUTORIZAÇÃO SEAE-MF nº 06/620/2012.

**Pela utilização do sistema Cartões Carrefour, incidirá anuidade. Consulte tabela vigente.

Ofertas válidas p/ os dias 24 a 27/1/2013, para todas as lojas Carrefour de São Paulo-Estado. Garantimos a quantidade mínima de 10 (dez) unidades por loja.
Os elementos utilizados para a produção das fotos deste anúncio são meramente ilustrativos.

Imagem do tablet meramente ilustrativa.

*A cada R$ 30 em produtos de material escolar, ganhe 1 cupom para participar da Promoção Concorra a 300 tablets, válida de 17/1 a 12/2/2013, em todos os hipermercados e supermercados CARREFOUR. Consulte nas lojas a relação de produtos participantes. Para mais informações, consulte o regulamento completo nas lojas ou no site da Promoção: http://www.grupocarrefour.com.br. CERTIFICADO DE AUTORIZAÇÃO SEAE-MF nº 06/620/2012.
**Pela utilização do sistema Cartões Carrefour, incidirá anuidade. Consulte tabela vigente.

Que tal mais sabor para o seu verão?

Faz Carrefour.

Ofertas válidas de 24 a 27/1

Tempero em Pasta Receita de Casa
c/ ou s/ pimenta - 450g
Faz por apenas
5,99 cada

Caldo em Pó Sazón
sabores - 37,5g
LEVE 4 PAGUE 3
Comprando 1 unid. pague 1,05
Levando 4 unids. cada uma sai por 0,79

Tempero Completo Sabor a Mi
sabores - 300g
Faz por apenas
1,59 cada

Purê de Batata Caseirinho
180g
Faz por apenas
4,89 cada

Aji-Sal
p/ churrasco
Faz por apenas
500g 4,59 cada
1kg 8,99 cada

Aji-No-Moto
Faz por apenas
36g 1,99 cada
100g 3,99 cada

Tempero Hondashi
60g
Faz por apenas
6,49 cada

Aji-Sal
1kg
Faz por apenas
6,99 cada

Ofertas válidas de 24 a 27/1/2013, para todas as lojas Carrefour de São Paulo-Capital e da Grande São Paulo. Garantimos a quantidade mínima de 10 unidades por loja. Os elementos utilizados para a produção das fotos deste anúncio são meramente ilustrativos.

Informe-se nas lojas e participe.

Imagem do tablet meramente ilustrativa.

*A cada R$ 30 em produtos de material escolar, ganhe 1 cupom para participar da Promoção Concorra a 300 tablets, válida de 17/1 a 12/2/2013, em todos os hipermercados e supermercados CARREFOUR. Consulte nas lojas a relação de produtos participantes. Para mais informações, consulte o regulamento completo nas lojas ou no site da Promoção: http://www.grupocarrefour.com.br. CERTIFICADO DE AUTORIZAÇÃO SEAE-MF nº 06/0620/2012.
**Pela utilização do sistema Cartões Carrefour, incidirá anuidade. Consulte tabela vigente.

Sombras sobre Davos

Suíça. Fórum Econômico Mundial começou ontem com uma previsão de crescimento global ainda menor

Ofuscados mais uma vez pela crise da zona do euro, líderes mundiais estão reunidos desde ontem em Davos, a "montanha mágica" da Suíça. Até domingo, eles debaterão a economia global, que deve crescer 3,5% este ano, segundo previsão do FMI (Fundo Monetário Internacional).

O fundo reviu o índice, que, em outubro, era de 3,6%. A entidade calcula que, no ano que vem, a economia pode chegar a um crescimento de 4,1% – isso se a Europa conseguir sair do buraco da crise.

"O otimismo está no ar, particularmente nos mercados financeiros, e algum otimismo cauteloso pode de fato ser justificado", disse o economista-chefe do FMI, Olivier Blanchard. "Comparado a onde estávamos no mesmo período do ano passado, os riscos agudos diminuíram", justificou.

Lagarde: 2013 será o ano do "vai ou racha" | PASCAL LAUENER/REUTERS

A diretora do FMI, Christine Lagarde, também falou sobre ainda lenta recuperação da economia. Mas, segundo ela, "2013 será o ano do vai ou racha", apostou.

Lagarde instou os líderes a se atentarem para a nova economia global que está sendo moldada. De acordo com ela, essa nova economia será geograficamente diferente, mais impulsionada pela dinâmica dos mercados emergentes e países em desenvolvimento. Também será marcada por novas circunstâncias e modos de pensar, "por diferentes valores e princípios".

Como exemplo disso, Lagarde lembrou da ativista paquistanesa Malala Yousafzai. Baleada por radicais islâmicos, a garota se tornou reconhecida internacionalmente e ajudou a levantar a bandeira do direito das mulheres à educação.

Lagarde ressaltou, ainda, o potencial de um mundo cada vez mais conectado. "Considerem o Facebook e o Twitter, que têm 1 bilhão e 500 milhões de usuários, respectivamente. Se fossem países, seriam a terceira e a quarta maiores nações no mundo", comparou. METRO COM AGÊNCIAS

Para saber sobre o 'futuro do universo'

Vai, Jacob Zuma! Em um painel chamado "De-risking Africa", o presidente sul-africano começou imediatamente contestando o tema. A África não é um risco, ele insistiu. Como outro orador mencionou, o trem África deixou a estação, e se você não está nele, vai ficar para trás. No próximo par de anos, aqueles que investem na África vão colher grandes recompensas.

É por isso que os líderes mundiais viajam a Davos: para descobrir para onde o mundo está caminhando. Entre os temas deste ano: medicina digital e o futuro dos cuidados de saúde, além do futuro do universo.

Mas onde estão os banqueiros? No passado todos eles vinham, um participante veterano me disse. Desde 2008, poucos compareceram. E eles são os únicos que realmente moldam o nosso futuro. Graças a Deus, Christine Lagarde apareceu.

ELISABETH BRAW
METRO INTERNACIONAL

Clinton alertou para ameaças no norte da África | KEVIN LAMARQUE/REUTERS

Hillary assume falhas em Benghazi

Terrorismo. No Senado, secretária de Estado deu detalhes sobre as condições nas quais se deu o atentado na Líbia

Com a voz por vezes tomada pela emoção, a secretária de Estado norte-americana, Hillary Clinton, assumiu a responsabilidade pelas consequências do atentado ao consulado dos Estados Unidos na Líbia. Na ação, em 11 de setembro passado, quatro pessoas morreram, entre elas, o embaixador Chris Stevens.

Hillary prestou depoimento diante de uma comissão do Senado dos EUA. Ela deu detalhes sobre a gestão dos recursos do consulado e afirmou que, até o fim de março, serão adotadas 65 medidas estratégicas para prevenir novas ações terroristas. A secretária também aletou para os riscos de extremistas no norte da África. METRO COM AGÊNCIAS

> "Eu assumo a responsabilidade. Ninguém está mais empenhado do que eu em aprender com as lições desse ataque."
> HILLARY CLINTON

Bibi ganha apoio do Yesh Atid

Depois de conseguir uma vitória apertada nas eleições legislativas de Israel, o premiê Benjamin Netanyahu conquistou um importante apoio. No início da noite de ontem, o líder do partido Yesh Atid descartou uma aliança com a esquerda e garantiu que não pretende emperrar a liderança de Bibi, como é chamado Netanyahu.

A legenda de Yair Lapid, um ex-âncora de TV, foi a segunda mais votada na eleição, realizada na terça-feira. Segundo o jornal "Haaretz", Lapid poderia assumir o cargo de ministro da Fazenda.

O partido de Bibi conquistou 31 cadeiras no parlamento, mas são necessárias 61 para formar governo. METRO COM AGÊNCIAS

Yair Lapid disse que não vai emperrar liderança do premiê | AMMAR AWAD/REUTERS

Venezuela

Oposição relança coalizão contra o chavismo

A oposição venezuelana aproveitou o feriado de 23 de janeiro (quando é celebrado o fim da última ditadura no país) para relançar sua coalizão. O secretário-executivo do grupo garantiu que haverá apenas um candidato a presidente pela coligação. Os chavistas também fizeram uma marcha em Caracas. METRO

África

ONU elogia ação das tropas da França no Mali

O secretário-geral da ONU (Organização das Nações Unidas), Ban Ki-moon, elogiou o governo francês pela iniciativa militar no Mali. Ban alertou, porém, contra os riscos que o conflito pode trazer para civis e para os trabalhadores humanitários. Desde o dia 11, os soldados europeus combatem radicais islâmicos. METRO

Cameron: povo dirá se Reino Unido fica “dentro ou fora” | SUZANNE PLUNKETT/REUTERS

Cameron promete referendo sobre UE

Grã-Bretanha. Primeiro-ministro garante que, caso seu partido vença a próxima eleição, vai realizar uma consulta popular sobre a permanência do país na União Europeia. Nações do bloco criticaram a proposta, considerando-a egoísta e perigosa

Após meses de expectativa, o primeiro-ministro britânico, David Cameron, anunciou seus planos para a realização de um referendo sobre a permanência da Grã-Bretanha na União Europeia. Cameron, membro do Partido Conservador, prometeu fazer a consulta até o fim de 2017, caso seja reeleito para um novo mandato.

“É chegado o momento de os britânicos falarem. É chegado o momento de selar a questão europeia na política britânica”, disse, com ar solene, em um estúdio no centro de Londres. “Será um referendo de dentro ou fora”, enfatizou.

Cameron havia planejado falar sobre a proposta na semana passada, mas a crise com reféns britânicos na Argélia o obrigou a adiar o pronunciamento. Agora, a Europa está ainda mais mergulhada na incerteza, principalmente por conta da desconfiança dos mercados na capacidade de o bloco se reerguer da crise.

Internamente, porém, o primeiro-ministro deve se beneficiar do anúncio. Pesquisas recentes de opinião apontam que uma ligeira maioria dos britânicos é favorável à saída do bloco.

Reações

A proposta de Cameron deu origem a uma avalanche de críticas tanto no velho continente como dentro do Reino Unido. O vice-premiê britânico, o liberal Nick Clegg (da coalizão de Cameron), foi o primeiro a endurecer o discurso. Para Clegg, “anos e anos de incerteza por causa de uma prolongada, mal definida renegociação do nosso lugar na Europa não está no interesse nacional.”

O ministro de Relações Exteriores da França, Laurent Fabius, foi irônico: “Se a Grã-Bretanha quer sair da Europa, vamos estender o tapete vermelho”, disse. Mais política, a chanceler alemã, Angela Merkel, afirmou que estaria pronta para discutir as ideias propostas por Cameron. Dos EUA, Jay Carney, porta-voz da Casa Branca, ressaltou que o Reino Unido é mais forte como parte da Europa. METRO

CREATIVE COMMONS

MARK RECKLESS

Membro do parlamento britânico, o conservador Mark Reckless defendeu a realização do referendo:

Por que a Grã-Bretanha precisa disso?
Porque ninguém com menos de 55 anos teve a chance de votar sobre o assunto. Nos disseram que estávamos entrando em um mercado comum e não em uma situação na qual não podemos fazer as nossas próprias leis e pagamos 20 bilhões de libras por ano à União Europeia.

Você não está preocupado que isso possa criar um racha com outros países europeus?
Pelo contrário. Os outros países querem criar uma união, devemos parar de reclamar, desejar-lhes o bem e deixá-los ir em frente com isso. METRO INTERNACIONAL

VOX POPULI

“O que você acha da proposta de sair da União Europeia?”

“Eu não consigo ver a vantagem de estar na União Europeia. É importante controlar nossas fronteiras quando não há empregos.”

STEVE KING, 46 ANOS, COMERCIANTE

“Considerando o caminho para onde a União Europeia está indo, não é uma boa ideia para a Grã-Bretanha ser arrastada para baixo junto com o bloco.”

BRIAN WORDSWORTH, 41 ANOS, PSICÓLOGO

Inflação acelera em janeiro

Em alta. IPCA-15 acelera para 0,88% em janeiro, após alta de 0,69% em dezembro. Alimentos e despesas pessoais pressionam preços

Pressionado por despesas pessoais e alimentos, o IPCA-15 (Índice Nacional de Preços ao Consumidor Amplo-15), prévia da inflação oficial do país, começou 2013 acelerando, com alta de 0,88% em janeiro. O indicador ficou acima das taxas registradas em dezembro (0,69%) e janeiro (0,65%) do ano passado, segundo o IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística).

O aumento de preços – generalizado entre todos os segmentos analisados – só não foi maior devido ao adiamento dos reajustes nas tarifas de ônibus em São Paulo e no Rio de Janeiro. Para reduzir os impactos na inflação no início do ano, o governo federal pediu às prefeituras das duas capitais que adiassem reajustes.

6,02%
é a alta registrada pelo IPCA-15 nos últimos 12 meses.

O grupo despesas pessoais registrou alta de 1,80% em janeiro, ante elevação de 1,10% em dezembro. Já alimentação e bebidas mostrou avanço de 1,45%, acelerando ante 0,97% no mês passado. Juntos, os dois grupos responderam por 61% do índice do mês.

Entre os alimentos, destacou-se a aceleração dos preços de hortaliças (de 2,67% para 6,48%), feijão-carioca (de -0,10% para 6,25%), tomate (de 0,72% para 6,02%), entre outros. Já entre as despesas pessoais, destaque para o aumento dos preços de cigarro (de 2,66% para 7,05%) e excursão (de 12,15% para 16,18%).

Em 12 meses até janeiro, a inflação medida pelo IPCA-15 registra alta de 6,02%, afastando-se ainda mais da meta do governo de 4,5%, pelo IPCA, com margem de dois pontos percentuais para mais ou menos. METRO

Feijão ficou 6,25% mais caro neste mês, segundo o IBGE | MARCELO CAMARGO/ABR

Arrecadação supera R$ 1 tri

O governo federal arrecadou R$ 103,246 bilhões em dezembro e atingiu R$ 1,029 trilhão no ano passado em impostos e contribuições. É a primeira vez na história que o valor da arrecadação do governo ultrapassa R$ 1 trilhão e o terceiro ano consecutivo de recorde na arrecadação, segundo dados divulgados ontem pela Receita Federal.

O resultado representa uma alta real – descontada a inflação – de 0,96% em dezembro sobre igual mês do ano anterior (R$ 96,6 bilhões) e de 0,70% em 2012 ante 2011 (R$ 970 bilhões). Sem a correção pela inflação, a receita teve alta de 6,12% no ano passado.

Os dados da Receita mostram arrecadação cresceu mesmo com as desonerações feitas pelo governo para estimular a economia.

Corte do IPI

A arrecadação do IPI (Imposto sobre Produtos Industrializados) caiu 14,29% em 2012, somando R$ 30,851 bilhões, contra R$ 35,993 bilhões registrados em 2011, em termos reais, informou o Fisco.

A maior queda na arrecadação de IPI foi registrada no segmento de automóveis, com retração real de 43,72%, para R$ 4,263 bilhões em 2012, segundo a Receita. No mês de dezembro o IPI do setor somou R$ 345 milhões aos cofres do governo, baixa de 29,29% sobre igual período do ano passado. METRO COM AGÊNCIAS

Imposto pago passa de R$ 100 bi

O valor pagos pelos brasileiros neste ano em impostos federais, estaduais e municipais desde o 1º dia do ano superou ontem, por volta da 11h20, a marca de R$ 100 bilhões, segundo o "Impostômetro" da Associação Comercial de São Paulo. Na comparação com 2011, a marca foi registrada com um dia de antecedência. | MARCO AMBROSIO/FOLHAPRESS

Demissões

Metalúrgicos e GM não entram em acordo

Ficou para o próximo sábado um possível acordo entre o Sindicato dos Metalúrgicos de São José dos Campos e a General Motors para se evitar possíveis cortes de mais de 1.500 empregos na fábrica da montadora no interior paulista. A reunião realizada ontem terminou sem definição, embora as partes tenham visto alguns avanços, segundo informações da agência "Reuters". Os metalúrgicos estão em regime de suspensão de contrato de trabalho há quase cinco meses e o regime não pode ser prorrogado. METRO

Cigarro

Acordo proíbe exclusividade em propaganda

Um acordo assinado ontem pelo Cade (Conselho Administrativo de Defesa Econômica) com a Philip Morris proíbe a exclusividade de propaganda de cigarros em pontos de vendas, como lanchonetes e padarias. Um termo do mesmo tipo já havia sido assinado no ano passado entre o Cade e a Souza Cruz. O Cade homologou ontem o Termo de Cessação de Conduta proposto pela Philip Morris e determinou o pagamento de uma quantia de R$ 250 mil para inibir que práticas do tipo se repitam. METRO

Gasto de brasileiros no exterior é recorde

Viagem. Despesas de turistas em outros países atingiram R$ 22,2 bilhões em 2012

Os brasileiros ignoraram a alta do dólar no ano passado e bateram um novo recorde de gastos no exterior. Em 2012, as despesas com viagens internacionais somaram US$ 22,2 bilhões, segundo dados divulgados ontem pelo Banco Central (BC).

É melhor resultado desde o início da série histórica do BC, em 1947. Na comparação com 2011, quando foram gastos US$ 21,2 bilhões, o crescimento foi de 4,5%.

Segundo o chefe do Departamento Econômico do BC, Túlio Maciel, os gastos foram impulsionados pelo aumento da renda do brasileiro. "Isso motiva as despesas com viagens. E boa parte destes destinos são países com conjuntura econômica fragilizada", disse.

Com o crescimento da renda, alta do dólar não impediu o aumento dos gastos no exterior em 2012 em relação a 2011. No início do ano passado, o dólar estava sendo negociado a R$ 1,85 e, em dezembro, chegou a superar a marca dos R$ 2,10. No fim do ano, fechou em R$ 2,04. E a expectativa de analistas é que permaneça acima de R$ 2 neste ano.

Cartão de crédito

A participação do cartão de crédito como forma de pagamento caiu de 60% em 2011 para 55% em 2012. A redução deve-se à elevação da incidência do IOF (Imposto Sobre Operações Financeiras) de 2,38% para 6,38% sobre as compras feitas com cartão no exterior. METRO

Movimento de passageiros no aeroporto de Cumbica | EDUARDO ANIZELLI/FOLHAPRESS

Número de imóveis financiados com a poupança cai 8% em 2012 | ELZA FIÚZA/ABR

Imóveis. Setor pede elevação do teto para empréstimos do SFH

As entidades que representam o mercado imobiliário vêm discutindo com a Caixa Econômica Federal e com o governo a possibilidade de elevação do valor máximo de imóveis a serem financiados dentro do SFH (Sistema Financeiro de Habitação) dos atuais R$ 500 mil para R$ 750 mil. Segundo o presidente da Abecip (Associação Brasileira das Entidades de Crédito Imobiliário e Poupança), Octavio de Lazari Junior, a expectativa é que o governo decida uma mudança ainda no primeiro trimestre.

A alta dos preços dos imóveis tem diminuído a quantidade de unidades disponíveis para compra utilizando o FGTS, segundo informações da "Reuters". "Essa correção é necessária para favorecer outras camadas da população, em meio à migração de classes", afirmou Lazari.

O volume de crédito imobiliário com recursos da poupança em 2012 somou R$ 82,7 bilhões, um crescimento de 3,6% em relação aos R$ 79,9 bilhões do ano anterior. Foram financiadas 453,2 mil unidades em 2012, queda de 8,1% em relação às 492,9 mil unidades em 2011. METRO

LIQUIDA etna

A LIQUIDAÇÃO QUE NINGUÉM PERDE.

MILHARES DE PRODUTOS EM PROMOÇÃO. APROVEITE!

EXTENSÍVEL

Sofá 3 lugares Jidda[1]
de R$ 1.999,
por 10x R$ 149,99
Total: R$ 1.499,

Cadeira Siri[2]
de R$ 129,
por R$ 89,99

Rack Ilhéus[4]
180 x 40 cm
de R$ 699,
por 10x R$ 49,99
Total: R$ 499,

Abajur Fava[5]
de R$ 39,
por R$ 29,99 cada

Jogo de talheres Classic[6]
29 peças
de R$ 99,
por R$ 79,99

Armário deslizante Belize[3]
de R$ 2.299,
por 10x R$ 179,99
Total: R$ 1.799,

Almofadas[7]
Diversos modelos
de R$ 35,
por R$ 25,99 cada

Toalha de banho Gramado[8]
68 x 135 cm
de R$ 15,
por R$ 9,99 cada

MÓVEIS | CAMA, MESA E BANHO | TAPETES E CORTINAS | PRESENTES E UTILIDADES | ILUMINAÇÃO • Serviços: LISTA DE CASAMENTO | CAFÉ E RESTAURANTE**

Em até **10x sem juros***

Marginal Tietê, 2.000 | Av. Berrini, 2.001 | Shopping Granja Vianna • SAC: (11) 3004 3622 (São Paulo, Campinas e celulares) - 0800 770 6771 (demais localidades).

Cabelo colorido e com mais vida para o verão

Cabelos. Estação mais quente do ano também é sinônimo de preocupação para quem tem as madeixas tingidas. Produtos especialmente desenvolvidos para este tipo de cabelo ajudam a manter a coloração

Cabelos coloridos necessitam de cuidados específicos. Afinal, a química causa danos aos fios, que ficam mais fracos e sem brilho. Durante o verão, eles exigem dedicação redobrada, pois o sol, o sal e o cloro acabam desbotando ainda mais a cor.

Segundo Rosiane Pinheiro, visagista e hairstylist do i9 Hair, esses três elementos prejudicam muito os cabelos. "Os raios UVA e UVB retiram as proteínas que dão força aos pigmentos, tanto dos fios virgens como dos coloridos, deixando-os opacos e desbotados".

Já o sal remove a água e os lipídios (gordura natural). "O resultado é menos brilho e mais frizz, por conta dos microcristais". Além de deixar as madeixas esverdeadas, o cloro também elimina toda a oleosidade natural.

Não importa se você é loira, morena ou ruiva, todas precisam seguir alguns cuidados para a tonalidade do cabelo não ir pelo ralo abaixo.

"É preciso apostar no filtro solar para os fios e sempre repassar o produto, assim como fazemos no corpo. Lave os fios sempre com água doce", ensina. A hairstylist acrescenta que é preciso investir na hidratação e utilizar o produto certo para cada tipo de cabelo. "Os que ajudam a fixar a cor são ótimos", diz. PORTAL DA BAND

Sob o sol

Cobrir o cabelo é essencial

Bronzear-se ou expor-se ao sol sem cobrir o cabelo pode danificar profundamente os fios.

Isso ocorre porque os raios UV reagem com a coloração. O ideal é cobrir os cabelos com um lenço ou chapéu. METRO

+ PLUS

Katy Perry

Versátil

Katy Perry não ousa só nos looks. A cantora já deixou as madeixa loiras e adora uma peruca.

Olha a cabeleira

1 Loiras

Utilizem produtos específicos para cabelos com luzes. Normalmente eles são mais hidratantes. Existem linhas no mercado que protegem do sol os cabelos loiros. Também é interessante utilizar produtos que reavivam a cor, eles retiram aquele amarelão do fio. E- BAND

A atriz Scarlett Johansson esbanja personalidade com suas madeixas loiras
GETTY IMAGES

2 Morenas

Para essa coloração de cabelo a agressão é bem menor e os cuidados são bem mais simples. Basta utilizar produtos com filtro solar. Após voltar da praia ou piscina faça uma hidratação. E-BAND

Os cabelos da atriz Mila Kunis dão destaque aos olhos verdes | GETTY IMAGES

3 Ruivas

Os cabelos ruivos são os que mais desbotam. Para retardar a ação, é importante utilizar shampoo e condicionador para cabelos coloridos. “Eles retiram aquele aspecto de água de salsicha. Não é tonalizante, é máscara condicionante”, diz Rosiane. E-BAND

Julianne Moore é uma das ruivas mais famosas de Hollywood | GETTY IMAGES

+ ESPECIAL

Receba amanhã edição especial do **Metro** sobre o aniversário de **459 anos de São Paulo**

Comemore ao ar livre

Aniversário. A cidade de São Paulo completa 459 anos amanhã. Para celebrar, paulistanos e visitantes poderão se divertir com diversas atrações gratuitas espalhadas pela cidade. Confira a seguir o melhor da programação

Ciclofaixa de Lazer

MAURO HORITA/FUTURA PRESS

A Ciclofaixa de Lazer estará aberta amanhã, mas com alguns percursos e horários alterados para não interferir nos eventos comemorativos do aniversário da capital paulista.

As mudanças estão disponíveis no site da CET (Companhia de Engenharia de Tráfego): www.cetsp.com.br. Antes de pegar a bike, confira os percursos. METRO

Tradição

Corrida Troféu Cidade de São Paulo 10 km

A 16ª edição da Corrida Troféu Cidade de São Paulo 10 km abre as comemorações. O evento será realizado amanhã, a partir das 7h30, nos arredores do Parque Ibirapuera. Informações: www.trofeucidadedesaopaulo.com.br. METRO

Espetáculo de luzes na fonte multimídia

A fonte multimídia do Parque Ibirapuera está com uma programação especial. Até domingo, 27, serão realizadas duas apresentações diárias, umas às 20h30 e outra às 21h. O espetáculo de luzes irá reproduzir imagens da cidade e seus sucessivos movimentos econômicos e urbanos. A trilha musical inclui a nova canção de Marina Lima, "SP Feelings", com toques eletrônicos contemporâneos. No Parque Ibirapuera (av. Pedro Álvares Cabral, s/nº). Grátis | ANDRÉ PORTO/METRO

Economizar é comprar bem

Matriz

Feriadão é para comemorar

Amanhã festeje os 459 anos de São Paulo

Laranja-pera
kg
0,98

Batata
kg
1,85

Coca-Cola
Tradicional
1,5 Litro
2,99

Vinho
Lambrusco
Rocaforte
750ml
11,90

Cerveja Pilsen
Bohemia
Lata 350ml
un
1,99

LEVE 12 PAGUE 11

Na compra de 12 unidades, cada uma sai por
1,82

SÃO PROIBIDAS A VENDA E A ENTREGA DE BEBIDAS ALCOÓLICAS A MENORES DE 18 (DEZOITO) ANOS

BEBA COM MODERAÇÃO.

Café Brasileiro
Vácuo
500g
5,79

Palmito de Pupunha
Rodelas Cultiverde
150g
6,78

Azeitona Fatiada
La Violetera
Sachê
160g
2,99

Azeite de Oliva
Extravirgem
Grego
0,3% Acidez
Oikos
500ml
11,45

Pizza Sadia
460g
7,95

Creme de Leite
Elegê
TP
200g
1,49

Sorvete Tradicional
Sorvelândia
1 Litro
6,75

Néctar Tradicional
Sufresh
1 Litro
3,59

Pernil Suíno
Temperado Resfriado
Frigol
Vácuo
kg
10,90

Linguiça Toscana
Sadia
kg
8,95

Recorte de Picanha
Fatiado Frigosul
Vácuo
kg
17,89

Torta Marta Rocha Záffari
Pedaços
a cada 100g
1,99

NOSSA LOJA ESTARÁ ABERTA NESTA SEXTA-FEIRA, 25 DE JANEIRO.

BOURBON SHOPPING - 1º PISO
Av. Francisco Matarazzo, 1.915, esq. Av. Pompéia/São Paulo - SP
Compras acima de R$ 40,00 no hiper Záffari: 3 horas de estacionamento grátis*.

Ofertas válidas de 24/01 a 27/01/2013 ou enquanto durarem os estoques. • Em consideração aos nossos clientes, não vendemos por atacado. • As fotos deste anúncio são meramente ilustrativas.
• Garantimos aos nossos clientes a quantidade mínima de 50 quilos/10 unidades de cada um dos produtos anunciados. *Exceto nos serviços de Valet Parking e Sem Parar.

SP de todos os cantos

Shows gratuitos. Diferentes nomes da música brasileira se reúnem amanhã para homenagear a capital paulista. Diversos pontos da cidade reunirão atrações

Show da Rita Lee será às 21h

Diferentes gerações se encontram no Anhangabaú

FOTOS: DIVULGAÇÃO

Emicida

Criolo

Arnaldo Antunes

Os músicos Criolo, Emicida, Zélia Duncan, Arnaldo Antunes e Rita Lee sobem ao palco para celebrar os 459 anos da cidade.

Cantando as influências e a realidade de uma cidade que cruza da zona leste à zona sul, os rappers Criolo e Emicida prometem comover o público.

Responsáveis pela projeção do rap ao cenário mundial, algo até então inédito, os dois se enfrentam na "Rinha dos MC's", organizada por Criolo e DJ DanDan desde 2006, a partir das 17h.

Quem chegar mais cedo, a partir das 15h, poderá assistir a Zélia Duncan em homenagem a Itamar Assumpção, com os clássicos "Milágrimas" e "Vê se me Esquece".

A partir de 19h, Arnaldo Antunes canta seus sucessos de carreira solo e dos tempos em que integrava os Titãs. Ao lado dele sobem ao palco músicos como Edgar Scandurra e Marcelo Jeneci.

Para encerrar o show, Rita Lee mostra um repertório que dá início às comemorações dos seus 50 anos de carreira. A roqueira será acompanhada por Roberto de Carvalho. METRO

Serviço

Confira a localização e os horários do show "4 gerações cantam São Paulo":

- **Abertura do show às 15h.** Zélia Duncan, Show Tudo Esclarecido
- **Às 17h.** Criolo e Emicida
- **Às 19h.** Arnaldo Antunes
- **Às 21h.** Rita Lee
- **No Vale do Anhangabaú.** Próximo ao Viaduto do Chá, acesso pela estação Anhangabaú do metrô e Terminal Bandeira. Grátis

Cultura Livre SP

Parques e espaços públicos da capital paulista serão palco de atrações culturais amanhã realizadas pela Secretaria de Estado da Cultura.

DIVULGAÇÃO

Wanderléa fará releituras das músicas de Roberto Carlos

Programação

Parque Villa Lobos
Às 11h30: show da Big Band Trupe Chá de Boldo com Anelis Assumpção, Thiago Petit e Léo Cavalcante.

Às 15h: apresentam-se Simoninha, Ully Costa, Rael e Bixiga 70.

Parque Ecológico do Tietê
Às 14h: a banda Del Rey convida Wanderléa para interpretar releituras de clássicos do Rei Roberto Carlos. METRO

Banda Del Rey se apresenta no Parque Ecológico do Tietê

VITOR SALERNO/DIVULGAÇÃO

Catedral da Sé

Quem tiver no centro de São Paulo amanhã à tarde terá a oportunidade de ver a apresentação, em sua versão integral, do concerto de música erudita "O Diário de Anne Frank" do compositor italiano Leopoldo Gamberini. A apresentação, com a orquestra sinfônica e coral com 110 cantores, é organizada pelo Instituto Vladimir Herzog.

Na Catedral da Sé (praça da Sé, s/nº). Hoje às 17h. Grátis mediante a retirada de ingressos (www.vladimirherzog.org.br). METRO

DANI AGOSTINI /DIVULGAÇÃO

Memorial da América Latina levará samba para o aniversário de São Paulo

Memorial da América Latina

Quem não nega uma boa roda de samba deve ficar de olho na programação do Memorial. Às 16h começa o esquenta Samba de Sampa, organizado pela Companhia Tribo.

No final do dia, às 19h, será a vez dos Trovadores Urbanos cantarem para São Paulo. No Memorial da América Latina (av. Auro Soares de Moura Andrade, 664). Grátis.

Theatro São Pedro

Três grandes concertos com a Banda Sinfônica, Jazz Sinfônica e a Orquestra do Teatro São Pedro serão realizados amanhã no teatro.

No Theatro São Pedro (r. Albuquerque Lins, 207, tel.: 3667-0499). Das 11h às 20h. Grátis. METRO

SACHS

São Paulo no embalo cultural

Museus paulistas celebram o aniversário da cidade com novas mostras e atrações variadas. Nas exposições temáticas, visitantes terão a oportunidade de conhecer a capital paulista por outros ângulos

METRO

DIVULGAÇÃO

Trabalho de Eduardo Kobra

1 Museu da Imagem e Som

O MIS (Museu de Imagem e Som) celebrará o aniversário da capital paulista com atrações variadas na 3ª edição do Conexão Cultural São Paulo. O evento exibe as mostras "Remixando com Eduardo Kobra", "Expressões urbanas da cidade de São Paulo" e "Memória Revelada – minha história em uma imagem".

No MIS (av. Jardim Europa, 158). Hoje, das 13h às 22h. Programação disponível no site do MIS (www.mis-sp.org.br). METRO

2 Catavento Cultural

O museu interativo reserva um espetáculo especial para a data: o Show Mad Science. A atração conta com experiências que mostram a força do ar e outros desafios.

No Catavento Cultural (praça das Indústrias, Parque Dom Pedro II s/nº). Até domingo. Entrada R$ 6. METRO

DIVULGAÇÃO

DIVULGAÇÃO

Instalação da mostra "Será que foi, seu juiz?"

3 Museu do Futebol

O museu exibirá amanhã a mostra "Será que foi, seu juiz?". Além disso, é possível participar das oficinas de férias de origami, desenho e pintura. No Museu do Futebol (praça Charles Miller, s/nº, tel.: 3664-3848). Das 13h às 19h. METRO

HILDEGARD ROSENTHAL/ ACERVO INSTITUTO MOREIRA SALLES

Foto tirada pela alemã Hildegard Rosenthal em 1940: avenida São João e, ao fundo, edifício da Delegacia Fiscal

4 Instituto Moreira Salles

O IMS (Instituto Moreira Salles) presta homenagem à cidade com a exposição "A São Paulo de Hildegard Rosenthal" que faz parte da 4ª Mostra SP de Samsung de Fotografia. A exposição reúne 25 imagens feitas pela fotógrafa alemã Hildegard Rosenthal na capital paulista durante década de 1940. No IMS (r. Aspicuelta, 662, tel.: 3938-0130). Abre amanhã e vai até dia 23 de fevereiro. De seg. à sex., das 11h às 19h. METRO

Gastronomia é um dos atrativos do Mercadão
PATRÍCIA CRUZ/ METRO

Para festejar com tradição

Pausa para celebrar. Aproveite os 459 anos de São Paulo para visitar alguns dos principais pontos turísticos da cidade

Mercadão

Apresentações, bolo e queima de fogos prometem marcar as comemorações do aniversário da cidade no Mercado Municipal, que celebra também os seus 80 anos. Considerado um dos principais pontos turísticos da cidade e referência em produtos de qualidade, o Mercadão dará o pontapé nas festividades, com show pirotécnico à meia-noite do dia 24. Exposições fotográficas, música e degustações também farão parte da festa. Além disso, quem estiver pelo local também poderá acompanhar a transmissão ao vivo de parte da programação da BandNews FM. Em um estúdio montado no Mercadão, âncoras como Ricardo Boechat receberão convidados especiais, entre eles Istvan Wessel. Mercado Municipal (r. da Cantareira, 306).

Biblioteca São Paulo

Os moradores da zona norte paulista poderão assistir no auditório da Biblioteca São Paulo a contação de história "São Paulo, minha cidade". Na Biblioteca São Paulo (av. Cruzeiro do Sul, 2.630) . Das 15 às 16h. Grátis

Casa das Rosas

Amanhã acontece na Casa das Rosas o tradicional evento "Sampoemas", que celebra a grande metrópole com atrações durante todo o dia.

Às 14h, a palestra "História da cidade de São Paulo através de imagens" apresenta a cidade por meio da produção do século 16 ao século 19. Às 16h, o público pode assistir ao espetáculo teatral "Simples cidade" com Leticia Tomazela e Marcos Reis. E às 18h, no Saraokê, o público pode participar de uma ousada e divertida experiência de improvisação coletiva ao recitar poemas com um fundo musical criado na hora por músicos convidados. Na Casa das Rosas (av. Paulista, 37).

Pateo do Collegio é um dos pontos visitados no passeio do Turismetrô
ANDRÉ PORTO/ METRO

Passeio pelos pontos turísticos de São Paulo

O Turismetrô, programa que realiza roteiros turísticos em pontos populares de São Paulo, fará um passeio comemorativo amanhã. O passeio terá cinco grupos, dois no período da manhã, às 9h, e três à tarde, às 14h, com 25 vagas por grupo. Mais informações, acesse o site www.cidadedesaopaulo.com/turismetro ou pelo telefone 2958-3714.

A atriz Bia Amorim em cena de "Afogando em Terra Firme" | LIGIA JARDIM/DIVULGAÇÃO

Em cena, o ácido humor britânico

Estreia. Após estagiar com Alan Ayckbourn, diretor brasileiro monta peça do dramaturgo sobre culto à celebridade e obsessão pela fama

Certa vez, o ator Jack Lemmon (1925-2001) afirmou que escrever um bom drama é difícil, escrever uma boa comédia é ainda mais difícil e escrever um drama com comédia é o mais difícil de tudo. "Que é o que a vida é", justificou.

Para o ator e diretor Eduardo Muniz, é justamente a mistura desses dois elementos que faz o teatro do dramaturgo britânico Alan Ayckbourn, 73 anos, tão especial. "Pra escrever como ele, é preciso ter uma sensibilidade como ninguém. Ele consegue ir, numa só frase, do choro ao riso", afirma.

O entusiasmo de Muniz com a obra do dramaturgo o fez encenar quatro de seus textos. A montagem mais recente é "Afogando em Terra Firme", que estreia amanhã.

"Tem coisa mais atual do que o culto às celebridades?", questiona o diretor, referindo-se ao tema da peça, escrita em 2004. O enredo mostra a ascensão e queda de Charlie Conrad, homem que conquista a fama sem motivo aparente, numa reflexão sobre a mídia e sobre o desejo desenfreado de chegar no topo.

"Fico revoltado ao ver uma pessoa que ficou dois meses confinada numa casa acabar mais rico por isso do que um cara como o Ayckbourn, que trabalhou e produziu durante 50 anos. A contemporaneidade dele é incrível", diz Muniz.

A paixão do brasileiro pelo dramaturgo é tanta que o levou a estagiar ao lado do mestre, em 2011, e a acompanhar uma de suas montagens do zero na Inglaterra. "Cada palavra dele era como um livro", afirma o diretor, que contou com uma força do britânico na sua nova empreitada.

"Perguntei tudo o que podia, inclusive sobre essa peça de agora, e ele me ajudou bastante na concepção e na direção."

Serviço

No Teatro Jaraguá (r. Martins Fontes, 71, tel.: 3255-4380). Estreia amanhã. Sex., às 21h30, sáb., às 21h e dom., às 19h. Até 24/3. R$ 50.

AMANDA QUEIRÓS
METRO SÃO PAULO

2 CULTURA

Quem é ele?

Cinco fatos sobre Alan Ayckbourn

1. Ele tem mais peças do que anos de vida – aos 73, já escreveu 77 textos
2. É o dramaturgo britânico mais encenado no mundo, depois de Shakespeare
3. Entre seus mais de 30 prêmios estão o Tony e o Laurence Olivier, os principais do meio teatral
4. Suas peças foram traduzidas para mais de 35 idiomas e adaptadas para cinema e televisão
5. Alain Resnais levou textos dele para o cinema em "Smoking/No Smoking" (1994) e "Medos Privados em Lugares Públicos" (2006), e se prepara para fazê-lo mais uma vez com "Aimer, Boire et Chanter", baseado na peça "Life on Riley".

Em busca de um lugar ao sol

Metro apresenta cinco apostas da música independente nacional que têm motivos de sobra para se destacar ainda mais em 2013

PAULO BORGIA

1 Chinese Cookie Poets

A banda carioca lançou no ano passado "Worm Love", gravado ao vivo em uma única sessão de 40 minutos. Trabalhado em cima do improviso, o disco tem composições pesadas e vigorosas, além da participação do músico Arto Lindsay em "Discipline and Manners". METRO

2 Lupe de Lupe

De Belo Horizonte vem a acidez e o peso desse quarteto, que lançou no ano passado o álbum "Sal Grosso". Suas referências passam por guitarras sujas e arrastadas que lembram o Mogwai e o garage e o hardcore, como se ouve em "Há Algo de Podre no Reino de Minas Gerais". METRO

3 Abayomy Afrobeat Orquestra

Formada no Rio de Janeiro para um show em homenagem ao músico nigeriano Fela Kuti, a banda tomou gosto pela brincadeira e criou um som que mistura o afrobeat a ritmos genuinamente brasileiros. Em tempo: Abayomy é uma palavra yorubá de origem nigeriana que significa "encontro feliz". METRO

4 Wannabe Jalvas

Formada em Porto Alegre, a banda lançou em 2011 o EP "Welcome To Jalva", com sete músicas disponíveis para download gratuito no site wannabejalva.com. Mistura de rock dançante, soul e pop, o quarteto abriu o show do Pearl Jam em Porto Alegre em 2011. Agora, ele se prepara para mais um grande palco, o do Lollapalooza, no dia 31 de março. METRO

5 Test

Formada pelo guitarrista João e o baterista Thiago Barata, a banda paulistana de trash metal já toca há algum tempo em palcos nada tradicionais: as calçadas. O duo chega em uma Kombi e, com a ajuda de um gerador, faz excelentes e curtos shows, geralmente em frente a casas onde não teriam espaço para tocar. METRO

'aoseualcance' inaugura o ano do Paço das Artes

As obras contemporâneas e "sujas" do artista multimídia Carlos Dias estarão na exposição "Um Paço aoseualcance", aberta ao público a partir de amanhã no Paço das Artes.

Músico de bandas como Againe e Polara, skatista, criador de fanzines e participante ativo da street art desde a década de 1990, Dias mostra em suas obras temas relacionados aos trabalhos de artistas como Philip Guston, Basquiat ou Alechinsky, com pinturas viscerais cheias de energia.

Como parte da mostra "Um Paço aoseualcance", workshops e oficinas sobre música e arte serão ofertados em 23 de fevereiro – as inscrições serão feitas no próprio dia do evento no local.

Obra de Carlos Dias que integra exposição | ALEXANDRE VIANNA/DIVULGAÇÃO

A abertura, amanhã, terá a participação dos músicos Rodrigo Brandão e Maurício Takara, entre outros, que vão apresentar ao vivo uma música exclusiva para a exposição. METRO

Serviço

No Paço das Artes (av. da Universidade, 1, tel.: 3814-4832). Abre amanhã. Ter. a sex., das 11h30 às 19h; sáb. e dom., das 12h30 às 17h30. Grátis.

TV paga

Sexta temporada de 'Mad Men' estreia em abril

A sexta temporada da série de Don Draper e companhia já tem data para estrear nos Estados Unidos, no dia 7 de abril, com um episódio de duas horas. Exibida no Brasil pela HBO, a série ainda não tem previsão de estreia do novo ano no país. METRO

Melhores de 2012

Sesc abre votação do público para festival de cinema

O público já pode participar da 39ª edição do Festival Sesc Melhores Filmes votando nas categorias melhor filme, diretor, ator, atriz, roteiro, fotografia e documentário nacional. A escolha acontece no Cine-Sesc ou pelo site sescsp.org.br/melhoresfilmes, até 17/2. Os selecionados serão exibidos a partir do dia 3 de abril no cinema. METRO

DICICO
SP
NO ANIVERSÁRIO DE SÃO PAULO QUEM DÁ O PRESENTE É A DICICO
Esmaltado
Incepa
Porcelanato Incepa
Crayon bege
44,4x44,4cm
cx. c/ 0,99m²
19,90
m²
Bacia com
caixa acoplada
Luxo branca
128, cada
Arge
Ventilador de teto
Economic Genius
127 ou 220volts
branco
69,90 cada
SHERWIN WILLIAMS
Prolar
NOVA FÓRMULA
Tinta acrílica
branca
econômica fosca
Prolar 18 litros
69,90 cada
TUDO EM ATÉ 10X SEM JUROS
Ligue agora
TELEVENDAS
0300-0-342426
www.dicico.com.br
DICICO

Estreias de amanhã

"João e Maria – Caçadores de Bruxas" [EUA, 2012], de Tommy Wirkola. Com Gemma Arterton e Jeremy Renner. O filme, exibido em 3D, traz João e Maria 15 anos após o incidente envolvendo a casa de doces, que leva os dois a virarem caçadores de bruxas.

"País do Desejo" [Brasil, 2011], de Paulo Caldas. Com Maria Padilha e Fábio Assunção. Roberta é uma pianista clássica que luta contra uma doença nos rins. Ela tem a vida virada ao avesso quando conhece o Padre José.

"O Resgate" [EUA, 2012], de Simon West. Com Nicolas Cage. Ex-ladrão procura pela filha sequestrada. Para isso, ele precisa dar para os antigos comparsas algo que não tem: US$ 10 milhões que teriam sido roubados por ele antes de sua última prisão.

"Lincoln" [EUA/Índia, 2012], de Steven Spielberg. Com Daniel Day-Lewis e Sally Field. O filme mostra o fim do mandato do 16º presidente dos EUA, no comando de uma nação dividida e prestes a abolir a escravidão.

Como nasce um culto

Estreia amanhã. Atuações deram indicações ao Oscar ao trio protagonista de 'O Mestre', de Paul Thomas Anderson, que aborda surgimento de seita religiosa. Amy Adams brilha como mulher do líder interpretado por Philip Seymour Hoffman

Amy Adams aprendeu bastante com "O Mestre", que estreia amanhã. O que mais surpreendeu, no entanto, foi quão engraçado pode ser o recluso diretor Paul Thomas Anderson ("Sangue Negro"). "Pensei que esta seria uma experiência bem séria. E, apesar de a gente ter lidado com um assunto sério nas cenas, a experiência de trabalhar com ele foi muito mais divertida do que eu esperava", diz ela.

Adams interpreta a devotada mulher do líder de um culto (Philip Seymour Hoffman), preocupada com o mais novo discípulo (Joaquin Phoenix) de seu marido. O filme despertou curiosidade pela suposta semelhança do personagem de Hoffman com L. Ron Hubbard e os primeiros anos do culto criado por ele, a Cientologia, cujo seguidor mais célebre é Tom Cruise.

Apesar disso, a atriz diz não estar interessada em tal discussão. "Não pensei muito a respeito. Não foi algo que eu tenha explorado muito durante o processo de filmagem. Vejo o filme todo mais como um estudo de personagem", diz ela. Talvez justamente por isso é que o trio protagonista tenha arrancado indicações ao Oscar nas categorias de atuação.

> **"A experiência de trabalhar com Paul Thomas Anderson foi muito mais divertida do que eu esperava."**
> AMY ADAMS, ATRIZ

A atriz de 38 anos admite que trabalhar com Anderson a fez se beliscar o tempo inteiro para saber se tudo aquilo era verdade. "Tinha que me manter com os pés no chão quando estava trabalhando ou acabaria pirando. Tudo parecia surreal, às vezes", diz.

Um desses momentos foi rodar uma cena em que o personagem de Phoenix vê todas as mulheres nuas em uma festa. "Esta foi uma das noites mais estranhas da minha vida. Em geral, quando uma mulher está sem roupa, ela atua sabendo que está nua. Mas a ideia da cena é que ela acontecesse como se todo mundo estivesse vestido. Ver mulheres de todas as idades e tipos físicos pulando e dançando pelo salão como se não estivessem assim foi bastante bizarro", conclui.

NED EHRBAR
METRO INTERNACIONAL

Philip Seymour Hoffman e Amy Adams (à esq.) vivem marido e mulher em "O Mestre" | DIVULGAÇÃO

Herzog explora caverna em 3D

"Caverna dos Sonhos Esquecidos" é a primeira incursão do cultuado cineasta alemão Werner Herzog pelo universo do 3D. Apesar de ter sido exibido na Mostra Internacional de Cinema de São Paulo, em 2011, e de já estar em cartaz na programação de canais por assinatura, só agora o filme chega ao circuito comercial com exibição exclusiva no Cinesesc. É a chance de assistir à produção da exata maneira como foi concebida pelo cineasta.

O documentário acompanha uma expedição à Caverna de Chauvet, no sul da França, sítio de arte pré-histórica. É lá que estão as mais antigas criações pictóricas da humanidade, datando de 32 mil anos, preservadas até os dias de hoje por causa de um desmoronamento que manteve a entrada da caverna fechada até 1990, quando foi descoberta.

Ao escolher abordar o assunto em três dimensões, Herzog confere poesia a um tema relativamente difícil e pouco atraente, que, talvez de outra forma, tivesse mais cara de programa de Discovery Channel. Assim, o diretor faz-nos encontrar com parte importante de nossa história até então inacessível, já que a entrada ao interior da caverna é restrito. METRO

O diretor alemão durante as filmagens do documentário | DIVULGAÇÃO

Carrefour

Faz a conta. Faz Carrefour.

Quer equipar a casa gastando pouco? Faz Carrefour.

Ofertas válidas de 24 a 27/1

Refrigerador DC49A
Electrolux – Pensando em você
462 Litros
- prateleira antiderramamento
- espaço p/ garrafas de 2,5 litros

De: 1.699,00
Por: 1.499,00 cada
ou 18x de 83,27 s/ juros

Mini System MS8080
SEMP TOSHIBA
USB Entrada | MP3
800W RMS de potência
- entrada auxiliar
- CD player

De: 999,00
Por: 799,00 cada
ou 18x de 44,38 s/ juros

14.0 Megapixel | 18x Zoom Óptico | 4GB Cartão | 3" Visor LCD

Câmeras Semiprofissionais
- foto panorâmica
- filmam em HD
- conexão HDMI
- fonte de alimentação: 4 pilhas AA

De: 699,00
Por a partir de: 499,00 cada
ou 18x de 27,72 s/ juros

Claro | 3 CHIPS Entrada | MP3 | 2GB Cartão

Tri Chip A290 c/ Chip Incluso

LG
- câmera 1.3 megapixel
- rádio FM
- lanterna

De: 299,00
Por: 249,00 cada
ou 10x de 24,90 s/ juros

Telefone s/ Fio CDP205D SE
Carrefour
- secretária eletrônica c/ capacidade de gravação de até 15 minutos
- 5 tipos de toque
- agenda p/ até 20 contatos

De: 159,00
Por: 99,00 cada
ou 3x de 33,00 s/ juros

Full HD | HDMI | USB Entrada

TV LED 40" KDL40EX455
SONY
- c/ conversor digital integrado

À vista: 1.799,00 cada
ou 18x de 99,94 s/ juros

Ofertas válidas no período de 24 a 27/1/2013, para todas as lojas Carrefour de São Paulo-Capital e da Grande São Paulo. Garantimos a quantidade mínima de 3 (três) unidades por loja. Os elementos utilizados para a produção das fotos deste anúncio são meramente ilustrativos.

Informe-se nas lojas e participe.

Imagem do tablet meramente ilustrativa.

*A cada R$ 30 em produtos de material escolar, ganhe 1 cupom para participar da Promoção Concorra a 300 tablets, válida de 17/1 a 12/2/2013, em todos os hipermercados e supermercados CARREFOUR. Consulte nas lojas a relação de produtos participantes. Para mais informações, consulte o regulamento completo nas lojas ou no site da Promoção: http://www.grupocarrefour.com.br. CERTIFICADO DE AUTORIZAÇÃO SEAE-MF nº 06/620/2012.
**Pela utilização do sistema Cartões Carrefour, incidirá anuidade. Consulte tabela vigente.

Carrefour

Faz a conta. Faz Carrefour.

Que tal fotografar as férias de verão?

Faz Carrefour.

Ofertas válidas de 24 a 30/1

Compre sua Câmera Samsung no Carrefour e sinta-se um profissional!

Câmera WB100

SAMSUNG

- fotos 3D
- filma em HD
- fotos criativas
- foto panorâmica
- estabilizador de imagem
- fonte de alimentação: 4 pilhas AA
- 2 anos de garantia

À vista: 899,00 cada
ou 10x de **89,90** s/ juros

Câmera WB150F

SAMSUNG

- filma em HD
- foto panorâmica
- estabilizador de imagem
- fonte de alimentação: bateria
- compartilhamento direto nas redes sociais

À vista: 749,00 cada
ou 10x de **74,90** s/ juros

Ofertas válidas no período de 24 a 30/1/2013, para todas as lojas Carrefour de São Paulo-Capital e da Grande São Paulo. Garantimos a quantidade mínima de 3 (três) unidades por loja. Os elementos utilizados para a produção das fotos deste anúncio são meramente ilustrativos. Verifique disponibilidade na loja Carrefour mais próxima de você

Informe-se nas lojas e participe.

Imagem do tablet meramente ilustrativa.

*A cada R$ 30 em produtos de material escolar, ganhe 1 cupom para participar da Promoção Concorra a 300 tablets, válida de 17/1 a 12/2/2013, em todos os hipermercados e supermercados CARREFOUR. Consulte nas lojas a relação de produtos participantes. Para mais informações, consulte o regulamento completo nas lojas ou no site da Promoção: http://www.grupocarrefour.com.br. CERTIFICADO DE AUTORIZAÇÃO SEAE/MF nº 06/0620/2012.
**Pela utilização do sistema Cartões Carrefour, incidirá anuidade. Consulte tabela vigente.

Quer praticidade no seu dia a dia?

Faz Carrefour.

Ofertas válidas de 24 a 27/1

Tekitos de Frango Seara
sabores - 300g
Faz por apenas
3,59 cada

Patitas de Frango Seara
sabores - 300g
Faz por apenas
3,69 cada

Prato Pronto Sadia
sabores
500g/550g/660g
Faz por apenas
9,49 cada

Pizza Maricota
sabores - 450g
Faz por apenas
6,99 cada

Lasanha Maricota
sabores - 500g
Faz por apenas
5,99 cada

Margarina Cremosa Qualy
c/ ou s/ sal - 500g
Faz por apenas
3,99 cada

Leite Fermentado Chamyto
sabores - 450g
Faz por apenas
2,99 cada

Bebida Láctea Ovomaltine
c/ 3 unids. x 180ml
Faz por apenas
3,99 cada

Faz por apenas
0,01

Comprando **2 unids.** da **Bebida Láctea Ovomaltine** - c/ 3 unids. x 180ml
você leva **1 unid.** do **Minibolo Ana Maria** - sabores - 80g por apenas **0,01**

Ofertas válidas de 24 a 27/1/2013, para todas as lojas Carrefour de São Paulo-Estado. Garantimos a quantidade mínima de 10 (dez) unidades por loja.
Os elementos utilizados para a produção das fotos deste anúncio são meramente ilustrativos.

Informe-se nas lojas e participe.

Imagem do tablet meramente ilustrativa.

*A cada R$ 30 em produtos de material escolar, ganhe 1 cupom para participar da Promoção Concorra a 300 tablets, válida de 17/1 a 12/2/2013, em todos os hipermercados e supermercados CARREFOUR. Consulte nas lojas a relação de produtos participantes. Para mais informações, consulte o regulamento completo nas lojas ou no site da Promoção: http://www.grupocarrefour.com.br. CERTIFICADO DE AUTORIZAÇÃO SEAE-MF nº 06/620/2012.
**Pela utilização do sistema Cartões Carrefour, incidirá anuidade. Consulte tabela vigente.

Ofertas válidas de 24 a 27/1

Tortinhas Adria
sabores - 150g

Biscoito Recheado Break'Up!
160g

Biscoito Recheado Danix
140g

Biscoito Recheado Gulosos
140g

Wafer Marilan
140g

Wafer Mabel
115g

Wafer Triunfo
145g

Aperitivo Crocantíssimo Pullman
sabores - 45g

Ofertas de 24 a 27/1/2013, para todas as lojas Carrefour de São Paulo-Capital e da Grande São Paulo. Garantimos a quantidade mínima de 10 (dez) unidades por loja. Os elementos utilizados para a produção das fotos deste anúncio são meramente ilustrativos.

Informe-se nas lojas e participe.

Imagem do tablet meramente ilustrativa.

CARROSSEL™ é uma marca registrada propriedade de Televisa, S.A. de C.V. © Direitos reservados 2012.

*A cada R$ 30 em produtos de material escolar, ganhe 1 cupom para participar da Promoção Concorra a 300 tablets, válida de 17/1 a 12/2/2013, em todos os hipermercados e supermercados CARREFOUR. Consulte nas lojas a relação de produtos participantes. Para mais informações, consulte o regulamento completo nas lojas ou no site da Promoção: http://www.grupocarrefour.com.br. CERTIFICADO DE AUTORIZAÇÃO SEAE-MF nº 06/0620/2012.
**Pela utilização do sistema Cartões Carrefour, incidirá anuidade. Consulte tabela vigente.

Sangue volta a jorrar na telinha

TV paga. Assassino protagonista de 'Dexter' precisa lidar com o fato de sua irmã ter descoberto seu segredo na sétima temporada da série, que estreia domingo

Os fãs de "Dexter" estão com a respiração presa desde o episódio final da sexta temporada da série, quando Debra (Jennifer Carpenter), a irmã adotiva do assassino de serial killers que dá nome à atração, pegou-o justo na hora em que estava prestes a fazer mais uma vítima.

A revelação do segredo do personagem de Michael C. Hall para alguém tão próximo promete dar a tônica do novo ano do seriado, que estreia domingo, às 23h, no FX. A situação é ainda mais problemática dado o fato de que Deb se mostrou disposta a cometer incesto ao se revelar apaixonada por ele na última temporada. Agora, ela fica dividida entre preservar a identidade do amado ou entregá-lo, já que ela é policial. A hesitação abre portas para a entrada de um novo interesse amoroso na vida do assassino.

Tudo isso faz com que o aparentemente sem coração Dexter dê ainda mais espaço para as emoções. Sentimentos de raiva e ternura passam a tomar o espaço antes dominado pela frieza.

A nova temporada é um ensaio para o fim da série, já que, após ter sobrevivido a um câncer, em 2010, o protagonista Hall topou continuar no papel somente até o oitavo ano.

AMANDA QUEIRÓS
METRO SÃO PAULO

Ano a ano

Confira o que aconteceu em cada uma das temporadas anteriores de "Dexter"

Ano 1
O pai adotivo de Dexter descobre o instinto assassino do filho ainda na infância e o orienta a só matar criminosos.

Ano 2
Dexter dá um tempo na atividade após corpos de suas vítimas serem encontrados e ele correr o risco de ser descoberto.

Ano 3
O assassino se envolve ainda mais com a namorada, que engravida. Ao mesmo tempo, entra em crise ao descobrir segredos de seu padrasto.

Ano 4
Agora casado e com um filho para criar, Dexter se reveza entre afazeres domésticos, seu trabalho na polícia e seu hobby, e cria um jogo de gato e rato com uma de suas potenciais vítimas.

Ano 5
Dexter sente-se culpado pela morte da mulher e chega a cometer erros básicos ao planejar assassinatos. A coisa só melhora quando ele se une a uma vítima de um serial killer que entende seus instintos.

Ano 6
Debra, irmã adotiva de Dexter, começa a sentir-se atraída pelo psicopata.

Michael C. Hall vive o assassino Dexter
DIVULGAÇÃO

Shawlin mistura música clássica ao rap

Engenheiro de restauração de áudio, o rapper Shawlin ficou responsável há alguns anos pelo tratamento de áudio de um acervo de música clássica russa. Sua admiração pelas composições foi tanta que ele resolveu aproveitar o material para compor seu último álbum, "Orquestra Simbólica", lançado em 2012.

O disco conta a história de um homem que passa por diversos sentimentos, como o ódio, amor, revolta. Para a produção, Shawlin convocou o maestro Arthur Verocai, responsável pelos arranjos do álbum, que mistura música clássica e hip hop.

O resultado será apresentado ao vivo, neste fim de semana com a participação do próprio Verocai e de músicos de formação clássica.

"Sonhava em fazer esse show e, quando sugeriram, topei na hora. O Verocai também aceitou a ideia e agora vamos mostrar nossos sentidos musicais alinhados", comenta Shawlin.

As apresentações terão as participações de Black Alien DJ Mako, Chayco e Funkero, Juju Gomes, Papatinho e Renato Biguli. METRO

Shawlin vai apresentar músicas de "Orquestra Simbólica" | CARLA ARAKAKI/DIVULGAÇÃO

Serviço
No Sesc Pinheiros (r. Paes Leme, 195, tel.: 3095-9400). Amanhã, às 18h, e sáb., às 20h. R$ 24.

Cinema

Diretor brasileiro é premiado no festival Sundance

Aly Muritiba ganhou o prêmio Global Filmmaking Award pelo projeto "O Homem que Matou a Minha Amada Morta". A história mostra um marido que sofria com a morte da mulher, mas muda sua visão após descobrir novas informações sobre ela. Entre os prêmios, Muritiba recebeu US$ 10 mil (cerca de R$ 20 mil) para investir no filme. METRO

Teatro

'Ensaio Sobre a Queda' tem estreia no CCSP

Peça que tem texto do ator e diretor Carlos Canhameiro, da Cia. Les Commediens Tropicales, vai reinaugurar a Sala Jardel Filho amanhã, às 21h, no Centro Cultural São Paulo (r. Vergueiro, 1.000, tel.: 3397-4002. R$ 20). Dirigido por Marcelo Lazzaratto, o espetáculo mostra as situações sem saída e as contradições às quais o ser humano se submete. METRO

Walmart

É MENOR PREÇO

Preços válidos para a semana de 24 a 30/01/2013.

Na cidade, no campo ou na praia, aproveite o menor preço.

Cerveja Devassa BL
- 269 ml

R$ 1,19
Na compra de 12 a unidade sai por:
R$ 0,99

Cerveja Nova Schin
- Lata
- 350 ml

R$ 1,31
Na compra de 12 a unidade sai por:
R$ 1,09

Refrigerante Itubaína
- 237 ml

R$ 0,99

Refrigerante Mini Schin
- Sabores
- 250 ml

R$ 0,89 cada

Cerveja Nova Schin
- Long neck
- 355 ml

R$ 0,89

Cerveja Devassa
- Long neck
- 355 ml

R$ 2,19

Cerveja Devassa by Playboy
- Long neck
- 275 ml

R$ 1,89

Achou preço menor?
A gente cobre automaticamente.*

*Consulte o regulamento nas lojas.

Refrigerante Schin
- Sabores
- 2 L

R$ 2,59 cada

Néctar Fruthos
- Sabores
- 1 L

R$ 2,99 cada
Na compra de 4 a unidade sai por:
R$ 2,10

Água Schin sem gás
- 500 ml

R$ 0,59

Água Schin
- Sem Gás
- 1,5 L

R$ 1,19

Refrigerante Itubaína Original ou Maçã
- 2 L

R$ 2,59 cada
Na compra de 7 a unidade sai por:
R$ 2,22

BEBA COM MODERAÇÃO

O MINISTÉRIO DA SAÚDE ADVERTE: CERCA DE 70% DOS ACIDENTES DE TRÂNSITO FATAIS SÃO CAUSADOS PELO CONSUMO DE ÁLCOOL. SE BEBER NÃO DIRIJA, APRECIE COM MODERAÇÃO.

"SÃO PROIBIDAS A VENDA E A ENTREGA DE BEBIDAS ALCOÓLICAS A MENORES DE 18 (DEZOITO) ANOS" (art. 81, II do Estatuto da Criança e do Adolescente).

Central de Relacionamento com o Cliente: 0800-7055050 ou walmartevoce@wal-mart.com.

Os preços citados neste impresso são em Reais e válidos de 24 a 30/01/2013 ou enquanto durarem os estoques, prevalecendo o que ocorrer primeiro, para as lojas mencionadas. Garantimos a quantidade mínima de 10 unidades por loja, dos produtos aqui anunciados na data de início da validade deste impresso. Não vendemos por atacado. Quantidades limitadas. Fotos ilustrativas. Lojas e horários: **GRANDE SP - Aricanduva** - de seg. a sáb. das 8h às 23h e dom. e feriados das 8h às 22h; **Indianópolis** - de seg. a sáb. das 8h às 23h e dom. e feriados das 8h às 22h; **Osasco** - de seg. a sáb. das 7h à 0h e dom. e feriados das 8h à 0h; **Pacaembu** - de seg. a sáb. das 7h à 0h e dom. e feriados das 8h às 22h; **Santo André** - de seg. a sáb. das 8h às 23h e dom. e feriados das 8h às 22h; **São Bernardo do Campo** - das 7h à 0h (inclusive feriados); **Shopping Central Plaza** - das 9h às 23h (inclusive feriados); **Tamboré** - das 7h à 0h (inclusive feriados); **Morumbi** - de seg. a sáb. das 8h às 23h (dom. e feriados das 8h às 22h); **Vila Guilherme** - das 8h às 22h (inclusive feriados); **Vila Leopoldina** - das 7h à 0h (inclusive feriados); **Washington Luís** - de seg. a sáb. das 8h às 23h e dom. e feriados das 8h às 22h; **Guarulhos** - de seg. a sáb. das 8h às 23h e dom. e feriados das 8h às 22h; **Granja Viana** - das 7h à 0h (inclusive feriados).

Outras opções online www.walmart.com.br

Ainda incompleto

Atrasos. ‘Doações Recentes 1’ marca início das comemorações de 50 anos do MAC, que continua com boa parte de seu espaço fechado

Fachada do recém-reformado Museu de Arte Contemporânea da USP, que fica em frente ao Parque Ibirapuera | PATRÍCIA CRUZ/METRO

O Museu de Arte Contemporânea (MAC-USP) abre amanhã sua primeira exposição no ano, “Doações Recentes 1”, reunindo 11 artistas e 12 obras que chegaram aos cuidados do museu em 2012.

A mostra, que dá a largada às comemorações dos 50 anos da instituição, apresenta trabalhos que têm em comum o tridimensionalismo em materiais como mármore, madeira, entre outros objetos. “As peças apontam para várias tendências. É algo muito rico, com a proposta de discutir o que pode ser uma escultura nos dias atuais”, explica Tadeu Chiarelli, curador da exposição e diretor do museu.

Apesar dessa nova empreitada, a situação do MAC-USP não é tão confortável. Inaugurado em janeiro de 2012 com reformas e restaurações incompletas, um dos principais museus de arte contemporânea da América Latina continua em situação precária mesmo após um ano.

Dos oito andares do prédio projetado por Oscar Niemeyer, apenas o térreo e o mezanino estão abertos ao público. Os outros sete andares continuam fechados, principalmente, por causa de um lento processo de licitação para o sistema de segurança do prédio. “Não podemos colocar as obras em risco enquanto não solucionarmos essa situação”, explica Chiarelli.

Após um investimento de aproximadamente R$ 76 milhões do governo estadual, resta ao diretor correr contra o tempo para conseguir abrir espaços como restaurante, café, loja e estacionamento ainda este ano, a tempo de uma celebração de aniversário à altura de um museu do porte do MAC-USP.

Serviço

No MAC-USP (av. Pedro Álvares Cabral, 1.301, tel.: 5573-9932). De ter. a dom., das 10h às 18h. Grátis

PAULO BORGIA
METRO SÃO PAULO

Linha do tempo

Década de 1950
Edifício é projetado pelo arquiteto Oscar Niemeyer com o objetivo de ser o Pavilhão da Agricultura no Conjunto Arquitetônico do Ibirapuera.

1964
Torna-se sede do Detran de São Paulo

2008
Começam as obras para receber o MAC-USP, com previsão de entrega em 2009.

2011
Imbróglio entre alunos de Direito da USP – que queriam ampliar o Clube Arcadas, ao lado do MAC – e o reitor da universidade, João Grandino Rodas, atrapalha a liberação de verbas para a finalização do museu.

2012
No dia 28 de janeiro o MAC-USP foi inaugurado parcialmente. Apenas o térreo e o mezanino foram liberados ao público.

Em maio do mesmo ano a programação foi suspensa. O museu alegou não ter condições de segurança para as obras e para o público.

2013
O MAC-USP faz 50 anos com exposição restrita a pequena área e licitação de sistema de segurança pendente.

O Metro indica

Show

Uakti. O grupo mineiro de música instrumental e experimental (foto) fará dois shows especiais apenas com interpretações de músicas dos Beatles. **No Sesc Pompeia (r. Clelia, 93, tel.: 3871-7700). Sáb, às 21h e dom., às 19h. R$ 20.**

Lenine. O cantor faz uma série de três shows a partir de hoje e prepara um setlist baseado em seu último disco, “Chão”, lançado em 2012. **No Auditório Ibirapuera (av. Pedro Álvares Cabral, s/n, portão 3, tel.: 3629-1075). Amanhã e sáb., às 21h; dom., às 19h. R$ 20.**

Festa

10 Anos sem Sabotage. O evento relembra a morte do rapper, assassinado em 2003. No palco, seu filho, Wanderson Sabotinha, vai apresentar um pocket show. Os DJs Keffing & Cia (RZO) preparam nas pick-ups um tributo ao músico. **No Clube Glória (r. Treze de Maio, 830, tel.: 3287-3700). Hoje, às 23h30. R$ 20 ou R$ 100 de consumação.**

Fotografia

4ª Mostra SP de Fotografia. O evento vai ocupar 11 ruas da Vila Madalena com 500 imagens de 65 fotógrafos espalhadas em galerias, restaurantes, lojas, bares e muros. Um dos destaques é a homenagem, na DOC Galeria, à fotógrafa Hildegard Rosenthal (foto), que completaria 100 anos em 2013. **A partir de amanhã. Programação completa no site mostraspdefotografia.com.br.**

Carnaval

Projeto Abre Alas. Blocos de rua vão desfilar por locais históricos da cidade acompanhados de marchinhas, carros alegóricos antigos e foliões fantasiados de pierrôs, colombinas e melindrosas. **Nas ruas do centro. Amanhã e sáb. e dias 1º e 2 de fevereiro. Das 14h30 às 17h30. Programação no site bb.com.br/cultura.**

TV

“O Homem do Futuro”. O filme de Cláudio Torres mostra as aventuras de um cientista (Wagner Moura) que cria uma máquina do tempo para tentar ajeitar sua vida, que só complica mais. **Sábado, às 22h, no TC Premium.**

Exposição

Street Art. Gravuras, desenhos, stencil, fotos e pinturas de artistas do estilo, como Barsotti, Speto, Alex Vallauri, entre outros, estão em exposição do espaço. As peças também estão à venda com até 50% de esconto. **Na Galeria Arterix (pça. Benedito Calixto, 103, tel.: 3086-0784). De seg. a sex., das 10h às 20h; sáb, das 10h às 18h30. Grátis.**

Você Chef

ALESSANDRO SEGATO
ALESSANDRO@SEGATO.COM

A DIETA DA FELICIDADE!

Dieta disto, dieta daquilo... quer viver mais e melhor? Pois bem, seja feliz!

Uma das maiores pressões da vida moderna, sem dúvida, é a nossa aparência e saúde. Todos os dias aparecem aparelhos e remédios milagrosos (ou assim se aclamam para vender), alguns com um certo efeito claro. Mas, pouco depois volta tudo, ou precisa-se diligenciar demais....Mas, o que está se fazendo de errado? Recentemente, a dieta mediterrânea entrou na Unesco como patrimônio cultural mundial, dada como a melhor dieta de vida ocidental (e dieta entende-se estilo de vida e não só regime). Se formos olhar de forma analítica, todos nós, no fundo, hoje em dia sabemos o que faz bem e o que não faz tão bem assim...

Minha interpretação da dieta mediterrânea moderna é a que chamo de "Dieta da Felicidade". Não se prive e não abuse de nada (nenhum extremo é bom!), coma mais nas primeiras refeições, concentrando nelas os carboidratos e menos, mais leve, antes ir dormir (fibras e proteínas). Abuse dos produtos bons e frescos e do azeite extra virgem de oliva e menos dos industrializados. Faça uma atividade aeróbica que lhe dê prazer algumas vezes por semana (coloque você na sua agenda e não desmarque!), procure reservar pelo menos uns 30 minutos só para si mesmo e comer com mais gosto e o que gosta, saboreando os alimentos e não "engolindo". Tome uma tacinha de vinho 3 a 4 vezes por semana, beba mais água e vai ver que logo vai comer em menores quantidades e estará emagrecendo sem esforços sobre-humanos! E, melhor de tudo...sendo feliz!

Veja um cardapiozinho modelo:

Caminhada: 30 minutos (Segunda / Quarta / Sexta)

07:00 Café da manhã: 1 fruta de sua preferência, café, leite desnatado, 1 pão integral ou fresco de seu gosto, 1 cereal a gosto, 1 queijo branco;

10:30 Lanche: 1 maça /pêra

13:00 Almoço: Salada (as mais variadas, temperadas com azeite extra virgem, sal, pimenta do reino e, se apreciar, um pouco de vinagre balsâmico), 1 pasta (spaghetti /fettuccine /ravioli etc) com alguma proteína de guarnição ou em seu preparo, 1 água, 1 café expresso

15:00 Choko-Time: 1 quadradinho ou 1 bombom de chocolate. Lembre-se do lema....pouco, mas bom. Dê preferência ao meio amargo ou gianduia;

17:30 Lanche da tarde: 1 barrinha de cereais de seu gosto, 1 chá de frutas ou 1 café

21:00 Jantar: 1 carpaccio ou sashimi de alguma proteína, 1 carne ou peixe preparado a seu gosto com bastante verduras e legumes, 1 taça de vinho, água, 1 chá verde;

Afinal não é tão difícil assim alimentar-se feliz. "Non é vero?"

Quer mais de 100 vídeos de receitas grátis no seu smartphone?
Baixe agora "VOCÊ CHEF" na Apple Store.

Alessandro Segato é chef, empresário, apresentador, pai de família, apaixonado por artes, tecnologia e pessoas.

Os invasores

Cruzadas

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

- Solidificar pela ação do frio
- Acessório do Mp3 player
- Veículos interplanetários
- Joia do noivado
- Acesa (lâmpada)
- Hormônio secretado pelos ovários
- Sucesso de Tim Maia (MPB)
- Estado de ânimo (bras. pop.)
- Alvo da coleta seletiva
- "Agora inês é (?)": não adianta
- Fase de mudança na dieta do bebê
- Os da região Nordeste são nove
- (?) e outras: dotes de bebidas (gír.)
- "X-(?)", grupo de heróis das HQs
- Prefixo de "superdotado"
- Dar ou adquirir a textura suave
- Arte, em inglês
- (?) Paes, ator
- Dom (abrev.)
- Diz-se de uma decisão do Supremo Tribunal Federal
- (?) de valsa: dançarino exímio
- Oscar Niemeyer, arquiteto carioca
- Mão política da Argentina 2ª letra

BANCO

Soluções

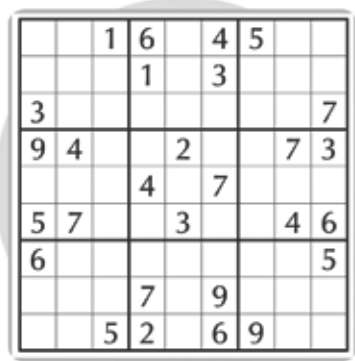
Diretas

Sudoku

Sudoku

Para solucionar o jogo, basta preencher com números de 1 a 9 as linhas verticais e horizontais sem repeti-los.

		1	6		4	5		
			1		3			
3								7
9	4			2			7	3
			4		7			
5	7			3			4	6
6								5
			7		9			
		5	2		6	9		

© Revistas COQUETEL

Leitor fala

Impostos

Como se não bastasse cobrar e controlar veículos 0 Km, a presidente está querendo tapar o sol com a peneira. Primeiro, ela anuncia uma redução na conta de luz. Logo em seguida, irá pronunciar que a gasolina vai subir de valor. O melhor a fazer é comprar uma bicicleta e usá-la muito, antes que comecem a cobrar pedaladas.

RAFAEL BASÍLIO - SÃO PAULO

Cotas

São cada vez mais frequentes (e antigos) os problemas com as enchentes na capital. Bastam alguns minutos de chuva para a cidade virar um caos: carros boiando, pessoas ilhadas e trânsito caótico, tornando a volta para casa um verdadeiro transtorno. Muitas obras estão em andamentos. Obras que custam milhões e que muitas das vezes não resolvem o problema. Somam-se ao problema o solo pouco permeável e a falta de áreas verdes na cidade, que também contribuem para agravar as consequências das enchentes.

LUÍS ANTONIO MIRANDA - SÃO PAULO

Metro Pergunta

Companhias aéreas estrangeiras poderão, em breve, fazer voos nacionais. Você acha a medida válida?

@ WTarcisio
Mais opções tem a tendência a baixar os preços. A concorrência é válida. Sejam bem vindos!

@ PsicoEdu
Nessa terra de ninguém, onde nossa soberania já era, a medida não é válida. Mesmo assim, vai acontecer !

@RafaGottschalk
A queda dos preços será momentânea. Em breve, as grandes companhias voltarão a combinar os preços.

Metro web

Horóscopo

Está escrito nas estrelas www.estrelaguia.com.br

Áries (21/3 a 20/4) Não se irrite sem motivos, muito menos seja áspero com as pessoas só porque as coisas podem não estar acontecendo do seu jeito. Deixe o mundo seguir adiante.

Touro (21/4 a 20/5) Não corra de acertos e questões complicadas que precisam ser renegociadas. Tenha muita paciência e converse mais com as pessoas até que tudo se tranquilize.

Gêmeos (21/5 a 20/6) Momento de retração no qual você precisa compreender que as pessoas estão mais sensíveis e precisando de mais segurança. Não ultrapasse os limites delas.

Câncer (21/6 a 22/7) Falta de estabilidade, mudanças muito rápidas e a necessidade de se adaptar a situações que você não domina totalmente podem lhe trazer uma certa insegurança.

Leão (23/7 a 22/8) Não durma no ponto. Algumas novidades estão surgindo e se você não se preparar direito vai acabar ficando para trás. Procure atualizar os seus conhecimentos.

Virgem (23/8 a 22/9) Procure antecipar os problemas, corte gastos e diminua as suas expectativas. Hoje pode não ser um bom período para você tentar expandir os seus objetivos.

Libra (23/9 a 22/10) Pode demorar um pouco até que tudo se resolva. Aposte mais no lado emocional das pessoas, elas querem se sentir mais seguras e protegidas, e não pressionadas.

Escorpião (23/10 a 21/11) Assuntos complicados a serem compartilhados com as pessoas. A diferença de opiniões e possíveis mágoas do passado podem dificultar o entendimento do grupo.

Sagitário (22/11 a 21/12) Cada um com o seu próprio sonho, e para você não é diferente. Trate de curtir as suas fantasias mesmo sabendo que hoje todo mundo está agindo somente para si.

Capricórnio (22/12 a 20/1) As soluções do dia passam pelo mundo emocional das pessoas. Evite tentar tomar decisões lógicas demais. Ouça o que elas têm a dizer antes de se pronunciar.

Aquário (21/1 a 19/2) As pessoas não estão contra você, elas apenas podem estar inseguras e precisando de mais certezas para aceitarem as suas ideias ou possíveis mudanças.

Peixes (20/2 a 20/3) Hoje, só se for todo mundo junto. Não adianta lhe ofertarem nada que não sirva para você, seus amigos e a família inteira. Se não, nem precisa perder tempo.

Ofertas válidas p/ os dias 24 e 25/1

Frango a Passarinho ou Sobrecoxa de Frango Temperada
a granel
Faz por apenas
6,20 kg

Sobrecoxa de Frango Sadia
congelada
bandeja - 1kg
Faz por apenas
6,98 cada

Filé de Frango Sassami Perdigão
congelado
bandeja - 1kg
Faz por apenas
8,90 cada

Costela Bovina
congelada
Faz por apenas
5,98 kg

Acém, Paleta ou Peito Bovinos
pedaço
Faz por apenas
8,69 kg

Capa de Filé Bovina
peça a vácuo
Faz por apenas
9,98 kg

Fraldinha Bovina
peça a vácuo
Faz por apenas
12,90 kg

Patinho Bovino
Faz por apenas
peça a vácuo
10,90 kg
pedaço
11,90 kg

Bife de Patinho
embalagem familiar
Faz por apenas
12,90 kg

Filé de Costela Bovina Maturatta
resfriado
peça a vácuo
Faz por apenas
21,90 kg

Bife de Contrafilé ou Alcatra Bovinos
embalagem familiar
Faz por apenas
22,90 kg

Ofertas válidas p/ os dias 24 e 25/1/2013, para todas as lojas Carrefour de São Paulo-Capital e da Grande São Paulo. Garantimos a quantidade mínima de 200 unidades/kg por loja.
Os elementos utilizados para a produção das fotos deste anúncio são meramente ilustrativos.

Informe-se nas lojas e participe.

Imagem do tablet meramente ilustrativa.

*A cada R$ 30 em produtos de material escolar, ganhe 1 cupom para participar da Promoção Concorra a 300 tablets, válida de 17/1 a 12/2/2013, em todos os hipermercados e supermercados CARREFOUR. Consulte nas lojas a relação de produtos participantes. Para mais informações, consulte o regulamento completo nas lojas ou no site da Promoção: http://www.grupocarrefour.com.br. CERTIFICADO DE AUTORIZAÇÃO SEAE-MF nº 06/620/2012.
**Pela utilização do sistema Cartões Carrefour, incidirá anuidade. Consulte tabela vigente.

Ofertas válidas de 24 a 27/1

Star III
c/ Chip Incluso
SAMSUNG
- câmera 3.2 megapixels
- touchscreen
- rádio FM

À vista: 349,00 cada
ou 10x de
34,90 s/ juros

Galaxy Pocket
Tim Infinity Pré
SAMSUNG
- processador 832MHz
- câmera 2.0 megapixels
- acesso a redes sociais

De: 399,00
Por: 359,00 cada
ou 10x de
35,90 s/ juros

Optimus L5
Tim Infinity Pré
LG
- tela 4"
- câmera 5.0 megapixels c/ flash
- memória interna 4GB
- superbateria (1.500mAh)

À vista: 649,00 cada
ou 10x de
64,90 s/ juros

Galaxy S Duos
c/ Chip Incluso
SAMSUNG
- processador 1GHz
- câmera 5.0 megapixels c/ flash
- tela 4"

À vista: 1.049,00 cada
ou 10x de
104,90 s/ juros

Ofertas válidas de 24 a 27/1/2013, para todas as lojas Carrefour de São Paulo-Capital e da Grande São Paulo. Garantimos a quantidade mínima de 3 (três) unidades por loja. Os elementos utilizados para a produção das fotos deste anúncio são meramente ilustrativos.

Informe-se nas lojas e participe.

Imagem do tablet meramente ilustrativa.

*A cada R$ 30 em produtos de material escolar, ganhe 1 cupom para participar da Promoção Concorra a 300 tablets, válida de 17/1 a 12/2/2013, em todos os hipermercados e supermercados CARREFOUR. Consulte nas lojas a relação de produtos participantes. Para mais informações, consulte o regulamento completo nas lojas ou no site da Promoção: http://www.grupocarrefour.com.br. CERTIFICADO DE AUTORIZAÇÃO SEAE/MF nº 06/620/2012.
**Pela utilização do sistema Cartão Carrefour, incidirá anuidade. Consulte tabela vigente.

3
ESPORTE

Valorizado

Julio César

Convocado para a Seleção Brasileira, o goleiro do Queens Park Rangers pode trocar de clube na Inglaterra. De acordo com o jornal "The Sun", o arqueiro de 33 anos interessa ao Manchester United e Arsenal.

No reencontro com a Fiel, Timão cai no Pacaembu

Zizao não conseguiu ajudar o Timão contra a Ponte Preta | RODRIGO COCA/FOTOARENA

Estadual. Sem inspiração, Zizao e companhia pouco ameaçam a Ponte Preta, equipe que eliminou Corinthians no ano passado

A única coisa positiva que o torcedor corintiano viu no retorno da equipe ao Pacaembu, diante da Ponte Preta, ontem, foi a estreia do zagueiro Gil. Porque, futebol mesmo, foi pouco. Apáticos em campo, os reservas do Timão foram derrotados pela equipe de Campinas - que eliminou o Timão no estadual do ano passado - por 1 a 0 – gol de William, de pênalti, aos 43 minutos do segundo tempo.

Nem Zizao animou o Corinthians. O chinês, que agradou a torcida por conta das pedaladas diante do Paulista, na estreia do estadual, novamente mostrou esforço, mas pouco apareceu. Nas duas oportunidades que teve para marcar, mostrou nervosismo.

A Ponte também não jogava futebol empolgante, porém, teve chances mais claras de gol. Aos 30 minutos do primeiro tempo, Chiquinho, cara a cara com o goleiro Danilo Fernandes, chutou para fora.

O jogo foi amarrado até quase o apito final. Até que, em lance duvidoso, o árbitro Luiz Vanderlei Martinucho assinalou pênalti de Felipe e Cicinho. William converteu e carimbou a faixa do campeão mundial.

Na próxima rodada, o Timão ainda deve ter os reservas em campo. A equipe enfrenta o Mirassol, domingo, no interior. METRO

0

CORINTHIANS Danilo Fernandes; Edenílson, Felipe, Gil e Welder; Willian Arão, Guilherme Andrade, Guilherme e Giovanni (Nenê Bonilha); Zizao (Léo) e Romarinho. **Técnico**: Tite

1

PONTE PRETA Edson Bastos; Artur, Cleber, Ferron e Uendel; Baraka, Bruno Silva, Cicinho (Memo) e Wellington Bruno (Geovane); Chiquinho (Ferrugem) e William. **Técnico:** Guto Ferreira

- **Gol.** William aos 43 minutos do 2º tempo.
- **Arbitragem.** Luiz Vanderlei Martinucho, auxiliado por Emerson Augusto de Carvalho e João Edilson de Andrade.

Portuguesa perde na estreia da Série A2 do Paulistão

A Portuguesa começou mal na Série A2 do Campeonato Paulista. Ontem, a equipe rubro-verde foi derrotada pelo Monte Azul por 1 a 0, em Monte Azul Paulista.

Pitty anotou o gol dos anfitriões aos 33 minutos do primeiro tempo.

Também ontem, o Noroeste derrotou o Juventus na Rua Javari por 4 a 0. Misael (dois), Diego e Adriano fizeram marcaram para o time de Bauru. METRO

Kempes, da Lusa, (ao centro) tenta passar pela marcação | CELIO MESSIAS/FOLHAPRESS

1 a 0

foi o placar da vitória do Santo André sobre o Velo Clube, ontem, no Bruno José Daniel, na estreia do Ramalhão na Série A2. William Xavier anotou o gol do time do ABC.

Copinha

Santos e Goiás decidem taça

Os meninos do Santos vão enfrentar o Goiás na decisão da Copa São Paulo de Futebol Júnior. A final acontece amanhã, às 10h, no Pacaembu.

Invicto na Copinha, o Peixe chegou à partida decisiva após vencer o Palmeiras por 3 a 2, terça-feira à noite, na Arena Barueri. O destaque da partida foi o atacante Neilton, que anotou os três gols alvinegros.

Será a quarta final da Copinha disputada pelo Peixe. Campeão em 1984, o clube foi vice em 1982 e em 2010.

Já o Goiás chegou pela primeira vez à disputa do título da Copinha após vencer o Bahia por 3 a 0 nos pênaltis – 1 a 1 no tempo normal. O destaque foi o goleiro Paulo Henrique, que defendeu quatro pênaltis no jogo – dois no tempo normal e dois na disputa de penalidades. METRO

Peixe empolga na Vila

Neymar anotou o segundo gol do Peixe e deu passe para o terceiro | RICARDO SAIBUN/AGIF/FOLHAPRESS

Facilidade. Com gols de Cícero, Neymar e Miralles, Santos vence Botafogo por 3 a 0

Na primeira partida que fez na Vila Belmiro neste ano, o Santos mostrou que 2013 promete. Com belas jogadas de Neymar – que correu, driblou, fez gol e deu bela assistência para Miralles balançar a rede – e Cícero, o Peixe bateu o Botafogo de Ribeirão Preto por 3 a 0, na segunda rodada do Campeoanto Paulista.

Todos os gols seguiram o mesmo roteiro: bola enfiada nas costas da zaga e oportunismo da linha de frente santista. Quem abriu os trabalhos foi o meia Cícero, aos 32 minutos do primeiro tempo. O camisa 8 recebeu belo lançamento de Arouca da direita e aproveitou falha do goleiro Rafael para marcar o primeiro gol.

Aos 40, foi a vez dele fazer as vezes de garçom: deixou Neymar na cara do gol, que o camisa 11 fez após chutar na saída do arqueiro.

Com o jogo na mão, o Peixe seguiu controlando o marcador no segundo tempo. E Neymar voltou a brilhar aos 45 minutos, quando deu belo passe para Miralles, que não perdoou: 3 a 0. METRO

3 **SANTOS** Rafael; Bruno Peres, Neto, Durval e Guilherme Santos; Arouca, Renê Júnior, Cícero e Montillo (Pinga); Neymar e André (Miralles). **Técnico**: Muricy Ramalho

0 **BOTAFOGO** Rafael; Henrique Mattos, César Gaúcho e Cris; Daniel, Gilmak, Zé Antônio, Douglas (Paulo Roberto) e Giovanni (Alex); Nunes e Francis (Álvaro). **Técnico:** Marcelo Veiga

- **Gols.** Cícero aos 32 e Neymar aos 40 minutos do 1º tempo; Miralles aos 45 minutos do 2º tempo.
- **Arbritagem.** Marcelo Prieto, auxiliado por Giulliano Neri e Fabio Baesteiro

CRIANÇA A BORDO

Pedalar transportando uma criança requer alguns cuidados, desde o momento da aquisição dos equipamentos (cadeirinha e capacete especiais) até o momento da pedalada. Existem dois tipos de cadeirinha: a dianteira, normalmente para crianças mais novas de até 17kg e a traseira, para crianças de até 25kg. Na hora da compra, o ideal é levar a bicicleta na loja para ter a certeza de que a cadeira poderá ser montada com eficiência. Nem sempre dá certo, pois o sistema de fixação mais comum é composto por uma base fixa ao quadro – um par de barras de aço maciço que suporta a cadeirinha. Essa base possui um botão para que a cadeirinha se solte no caso de uma pedalada solo. A incompatibilidade acontece quando ela não pode ser fixada no quadro. Outra razão é a cadeira dianteira ficar muito baixa e bater no alto do quadro. Se a idéia é comprar uma boa bicicleta e colocar cadeirinha, faça a compra em uma loja, ao vivo, e verifique se tudo dá certo. Comprar separadamente pode ser um grande risco. O barato sairá caro e custará tempo. Dê preferência para bicicletas com quadros em que o tubo vertical, o que suporta o banco, seja reto e liso. Normalmente é nele que a base é fixada.

Pedalando

A criança deve ter acordado há pouco tempo para que se manter disposta e esperta. A cadeirinha traseira funciona como um berço, pois o balanço da bicicleta embala o sono. Sendo assim, se ela ainda é pequena, escolha primeiramente uma cadeira dianteira e compre depois outra traseira quando ela crescer. Fique muito esperto com isso e leve consigo um apoio para o pescoço como o que se usa em avião. Já vi na ciclofaixa de lazer um pai transportando uma criança com a cabeça caída para o lado com o pescoço excessivamente dobrado para o lado. Sendo assim, dê preferência para cadeiras com o encosto bem alto e longo nas laterais, para que ela possa apoiar bem a cabeça.

Capacete sempre!

Existem no mercado bons capacetes para crianças. Escolha o que seja mais justo e fixe bem na cabeça da criança. O capacete deveria ser obrigatório para todos, principalmente em crianças de até 10 anos como é nos EUA.

Cleber Ricci Anderson, 46 anos, é especialista em bike fit (ajuste postural), ex-ciclista da Seleção Brasileira de Ciclismo, pioneiro em MTB no Brasil, autor do Guia Bike na Rua e do projeto Ciclo-Rede e proprietário da Anderson Bicicletas.

França

Com Lucas no banco, PSG vence na Copa da França

Os reservas do Paris Saint-Germain venceram ontem o Toulouse, por 3 a 1, e colocaram a equipe nas oitavas de final da Copa da França.

Lucas, que começou o jogo no banco, entrou aos 30 minutos no lugar do argentino Lavezzi após pedido dos torcedores do PSG, e quase marcou um gol. METRO

Tênis

Federer passa por Tsonga no Aberto da Austrália

O suíço Roger Federer venceu o francês Jo-Wilfried Tsonga por 3 sets a 2 – parciais de 7/6(4), 4/6, 7/6(4), 3/6 e 6/3 – e avançou às semifinais do Aberto da Austrália.

O número 2 do mundo enfrentará na próxima fase o britânico Andy Murray, que despachou o francês Jeremy Chardy por 3 sets a 0. METRO

Real Madrid empata e avança na Copa do Rei

Classificado. Empate com o Valencia fora de casa garante time da capital espanhola na semifinal. Equipe aguarda definição entre Barcelona e Málaga, que se enfrentam hoje

O Real Madrid está na semifinal da Copa do Rei. Ontem, o time da capital espanhola empatou com o Valencia, na casa do adversário, por 1 a 1. Com dois jogadores a menos – o lateral português Fábio Coentrão e o argentino Dí Maria foram expulsos – coube ao francês Karim Benzema marcar o gol fora de casa que praticamente selou a classificação.

No jogo de ida, em Madri, vitória do Real por 2 a 0. Por isso, o gol de empate anotado por Tino Costa nada mudou.

Os brasileiros Kaká e Marcelo não foram relacionados por opção do técnico José Mourinho.

Classificado, o Real Madrid aguarda agora a definição do adversário na semifinal. E a próxima fase pode ser uma espécie de final antecipada, pois a equipe enfrentará Málaga ou Barcelona. Os dois times se enfrentam hoje, em Málaga.

No outro lado da chave, o Sevilla goleou o Zaragoza por 4 a 0 e também avançou para a semifinal. O clube pega Atlético de Madrid ou Bétis na próxima fase da competição. METRO

Cristiano Ronaldo não conseguiu anotar seu 300º gol por clubes ontem | GONZALO ARROYO MORENO/GETTY IMAGES

Chelsea não sai do zero e é eliminado da Copa da Liga

Derrotado na final da Copa do Mundo de Clubes da Fifa para o Corinthians, eliminado na Liga dos Campeões da Europa, longe da liderança do Campeonato Inglês. A situação do Chelsea dificilmente poderia piorar. Mas piorou. Ontem, o clube londrino foi ao País de Gales enfrentar o Swansea, pela semifinal da Copa da Liga Inglesa. E afundou.

O empate por 0 a 0, somado à derrota por 2 a 0 em casa, no jogo de ida, eliminaram o clube da competição nacional.

O Swansea, por sua vez, fará final inédita contra o Bradford, da quarta divisão inglesa. A final da Copa da Liga será no dia 24 de fevereiro, no estádio Wembley, em Londres. METRO

Belga Hazard agrediu gandula e foi expulso | MICHAEL STEELE/GETTY IMAGES

Itália. Roma derrota Inter pela Copa

A Roma largou na frente por um lugar na final da Copa da Itália. Ontem, a equipe venceu a Inter de Milão por 2 a 1, no jogo de ida da semifinal da competição. A partida de volta ocorrerá no dia 17 de abril.

Todos os gols foram marcados no primeiro tempo. Florenzi e Destro abriram o placar para os romanos, enquanto Palacio descontou para a Inter.

O vencedor da semifinal enfrenta Juventus e Lazio. Na terça-feira, as duas equipes empataram por 1 a 1 em Turim, no jogo de ida. Na próximo dia 29, ambos voltam a se enfrentar.

A final está marcada para o dia 25 de maio, no Estádio Olímpico de Roma. METRO

São Paulo vence fácil e se aproxima da fase de grupos

Libertadores. No Morumbi, Tricolor derrota o Bolívar por 5 a 0 e deixa vaga no Grupo 3. Definição será na próxima quarta, na Bolívia

O São Paulo praticamente assegurou vaga na fase de grupos da Taça Libertadores da América. No Morumbi, o Tricolor goleou ontem o Bolívar por 5 a 0. Na próxima quarta-feira, as duas equipes voltam a jogar na Bolívia. O Tricolor só não consegue a vaga no Grupo 3 – que tem – Arsenal de Sarandí (ARG), The Strongest (BOL) e Atlético-MG – se perder por 4 gols de diferença.

A formação com três atacantes proposta pelo técnico Ney Franco funcionou. Sem Ganso, barrado, coube a Jadson a função de cadenciar o jogo. E o camisa 10 desenvolveu bem a função. Foi dele o passe para Osvaldo abrir o placar, aos 7 minutos, com uma bomba de canhota após receber a bola na esquerda.

Aos 20, novo passe de Jadson, dessa vez para Aloísio, na ponta direita. O camisa 19 rolou para Luis Fabiano, que só empurrou.

O Fabuloso voltou a atacar no fim da primeira etapa, ao aproveitar rebote.

E o Tricolor quis mais. Jadson ampliou aos 14 do segundo tempo, após cruzamento de Osvaldo. Aos 17, Rogério Ceni converteu pênalti e jogou a pá de cal.

MATHEUS ADAMI
METRO SÃO PAULO

5 **SÃO PAULO** Rogério Ceni; Douglas, Lúcio, Rhodolfo e Cortez; Wellington, Denilson (Casemiro) e Jadson (Paulo Henrique Ganso); Aloísio (Cañete), Osvaldo e Luis Fabiano. **Técnico:** Ney Franco

0 **BOLÍVAR** Argüello; Eguino, Albarracin, Cabrera e Alvarez; Miranda (Lizio), Flores e Justiniano (Gómez); Arce, Cardozo (Yecerotte) e Ferreira. **Técnico:** Miguel Angél Portu

- **Gols.** Osvaldo aos 7, Luis Fabiano aos 20 e aos 45 minutos do 1º tempo; Jadson aos 14 e Rogério Ceni aos 17 minutos do 2º tempo.
- **Arbritagem.** Robero Silvera (URU)

Capitão Rogério Ceni anotou o quinto do Tricolor | LÉO PINHEIRO/FUTURA PRESS

Grêmio perde no Equador

O Grêmio vai ter de se esforçar para conseguir a classificação para a fase de grupos da Taça Libertadores. Ontem, os gaúchos perderam para a LDU (EQU) em Quito por 1 a 0. Os gaúchos resistiram até os 30 minutos do segundo tempo, quando Feraud fez o gol da vitória do time equatoriano.

Na próxima quarta-feira, os gaúchos enfrentam o time equatoriano em Porto Alegre. Para avançar, o time precisa vencedor por dois gols de diferença. O vencedor do duelo ganha vaga no Grupo 8, ao lado de Fluminense, atualmente campeão brasileiro, Huachipato (CHI) e Caracas (VEN). METRO

Fora de casa, Palmeiras vence e se recupera

Barcos abriu o placar para o Verdão | CESAR GRECO/FOTOARENA

A troca de presidência parece ter feito bem ao Palmeiras. Na primeira partida sob a gestão de Paulo Nobre, o Verdão venceu o Oeste por 3 a 1, em São José do Rio do Preto, pela segunda rodada do Campeonato Paulista.

Na estreia, o time decepcionou e empatou sem gols com o Bragantino no Pacaembu, no domingo. Se nesse jogo Barcos passou em branco, contra o rubro-negro de Itápolis o Pirata anotou o primeiro dos 28 gols que prometeu para a temporada 2013.

Coube ao camisa 9 balançar as redes pela primeira vez, aos 26 minutos da primeira etapa. Patrick Vieira ampliou aos 32.

Ontem também, o meia Valdivia voltou a atuar. O camisa 10 não entrava em campo desde o dia 6 de outubro do ano passado. O chileno entrou em campo aos 18 minutos da etapa final. Mal o Mago entrou em campo e Serginho descontou para o time da casa.

Aos 44, o atacante Luan, que pediu para deixar o clube por conta de críticas dos torcedores, fez o terceiro do Verdão.

Novo homem-forte

O Palmeiras confirmou ontem que José Carlos Brunoro será o novo diretor executivo do clube. Ele será o homem-forte do futebol alviverde durante a gestão Paulo Nobre.

Brunoro, de 63 anos, volta ao Palmeiras depois de 17 anos. Ele foi diretor de esportes da Parmalat, durante a co-gestão da empresa no Verdão – entre 1992 e 1996, uma das épocas mais vitoriosas da equipe. METRO

1 **OESTE** Fernando Leal; Eduardo, Dezinho e Ligger; Dede, Wanderson, Paulo Vitor, Peterson e Jefferson (Lelê); Serginho e Jheimy (Marcinho). **Técnico:** Luiz Carlos Martins

3 **PALMEIRAS** Fernando Prass; Ayrton, Maurício Ramos, Henrique e Juninho; Márcio Araújo, Wesley, Souza (João Denoni) e Patrick Vieira (Valdivia); Maikon Leite (Luan) e Barcos. **Técnico:** Gilson Kleina

- **Gols.** Barcos aos 26 e Patrick Vieira as 32 minutos do 1º tempo; Serginho aos 18 e Luan aos 44 minutos do 2º tempo.
- **Arbritagem.** Rodrigo Braghetto

UM SHOW DE ANIVERSÁRIO
À ALTURA DE SÃO PAULO.
MAIS PRECISAMENTE À
212 METROS DE ALTURA.
O Grupo Bandeirantes vai homenagear
a cidade pelos seus 459 anos com
um espetáculo de luzes na Torre da Band.
HOJE E AMANHÃ
19H ÀS 06H.
TV ABERTA
TV POR ASSINATURA
RADIO
MÍDIA IMPRESSA
MÍDIAS DIGITAIS
OUT OF HOME
ENTRETENIMENTO
GRUPO
BANDEIRANTES